

Redactor: Iulia Cheșu

Tehnoredactor: Virgil Andreica

Farm. Maria Alexandriu-Peiulescu
Ing. Horia Popescu

Plante medicinale în terapia modernă



EDITURA CERES

București

1978

Coperta: Nicolae Nicolaescu

CUVINT INAINTE

Tilcurile care se desprind din proverbe, esența gândirii populare, expresie a experienței ancestrale, se înrudesesc cu știința străveche a lecuirii cu plante medicinale, făcînd parte din același tezaur al înțelepciunii populare.

Lecuatorii din timpurile străvechi moșteneau experiența înaintașilor lor, o îmbogățeau cu propriile lor descoperiri și transmiteau, la rîndul lor, urmașilor, cunoștințe referitoare la plantele binefăcătoare și la virtuțile lor, pe care noi astăzi le numim principii active.

Farmacologia (știința care studiază originea, proprietățile, compoziția și acțiunea medicamentelor) și diversele terapii (mijloacele și metodele de tra-

tament ale bolilor) au străbătut o cale lungă pînă cînd, în momentul de față, s-a ajuns la un domeniu inepuizabil, în centrul căruia stă omul cu toate remediile descoperite pînă în prezent și care aparțin chimioterapiei, fizioterapiei, helioterapiei etc. În acest context apare firească întrebarea: este necesar să mai acordăm importanță plantelor medicinale și tratamentului cu acestea, cînd avem la dispoziție atîtea medicamente preparate în mari laboratoare și fabrici, așa-numite medicamente de sinteză?

Acordînd importanța cuvenită medicamentelor de sinteză, facem totuși remarca că numărul lor a crescut peste măsură. Există o adevărată inflație pe piața produselor farmaceutice, ceea ce duce desigur la derută. Putem afirma că sînt unele medicamente străine care fac „modă”, datorită reclamelor susținute de firmele producătoare. Dintre acestea cele mai multe dispar, prin înfirmarea eficacității lor, nu însă mai înainte de a provoca, în unele cazuri, efecte adverse (reacții secundare nocive).

În privința plantelor medicinale există cel puțin un adevăr de necontestat: vechimea folosirii

lor, care prezintă un gir al timpului. Aceasta nu înseamnă că noi cercetări nu vin să completeze datele mai vechi, privind valoarea lor terapeutică și efectele pe care le produc.

Dar, faptul că flora spontană se află la îndemîna oricui, ridică probleme foarte serioase, începînd chiar cu recoltarea plantelor. Fără a avea cunoștințele necesare, recoltarea plantelor implică numeroase riscuri. Unele dintre ele sînt dăunătoare, dar se aseamănă foarte mult cu cele care conțin substanțe utile în tratamentul diverselor boli. Pentru operațiile care urmează recoltării ca: uscarea, condiționarea (mărunțirea prin tăiere, rîșnire sau frecare), conservarea etc., este bine să fie studiate, mai în amănunt, tratatele de specialitate. Spre a evita însă atît erorile, cît și condiționările necorespunzătoare, este bine ca plantele medicinale să fie procurate de la unități specializate: farmacii, magazine Plafar etc.

În orice caz, pentru precizarea diagnosticului, este absolut necesar să fie consultat un medic, care să recomande cel mai adecvat tratament.

Pe lîngă efectul direct pe care-l produc, plantele medicinale sînt indicate în mai multe boli ca

adjuvante, avînd în asociație cu alte diferite produse medicamentoase și acțiune sinergică (acțiune similară care se exercită în același sens prin adîiție și potențare).

În lucrarea de față, autorii și-au propus să informeze pe scurt, clar și pe înțelesul tuturor, despre posibilitățile pe care le oferă plantele medicinale. Lucrarea a fost organizată pe următoarele părți mai importante:

Principalele plante medicinale. Enumerarea acestora s-a făcut în ordine alfabetică, fiecare cuprinzînd mai multe date utile; denumirea populară cea mai cunoscută și denumirea științifică; substanțele active pe care le conține – conform datelor cunoscute pînă în prezent; efectele substanțelor active, modul de folosire (uz intern, uz extern) și acțiunea farmacodinamică; contraindicații, dacă este cazul. Se indică, de asemenea, modul de preparare a diferitelor organe ale plantei și modul de administrare.

Index terapeutic al afecțiunilor care se tratează și cu plante medicinale. În acest index sînt enumerate, în ordine alfabetică, bolile la care pot fi

folosite și plantele medicinale cuprinse în prezenta lucrare.

Ceaiuri medicinale de largă circulație care se găsesc în farmacii și magazine Plafar.

Ceaiuri folosite în medicina populară de la noi din țară, rețete culese și verificate de autori.

Plante pentru băi la domiciliu. Aceste băi sînt deosebit de utile prezentînd numeroase avantaje: sînt economice, se pot face în condiții de confort, nu necesită deplasări, pot constitui la nevoie, un tratament eficient în orice perioadă a anului, respectîndu-se bineînțeles, măsuri de prudență în sezonul rece.

Index alfabetic al plantelor medicinale prezentate în lucrare, cu denumiri populare din diferite regiuni ale țării.

Mic dicționar de specialitate, cuprinzînd termenii de specialitate folosiți în lucrare, explicați, pentru a face expunerea cît mai accesibilă.

După ce se consultă indexul terapeutic, în alegerea plantei sau părții de plantă, indicată pentru o anumită afecțiune, trebuie să se țină seama de complexitatea acțiunii pe care o exercită și, în consecință, să se urmărească prevenirea oricăror

efecte nocive. De exemplu, cozile de cireșe, atât de frecvent utilizate, sînt constipante. Bolnavii care suferă de această deficiență de ordin digestiv și vor să folosească cealurile preparate din cozi de cireșe pentru efectul lor diuretic, pot să înlăture impedimentul menționat, prin asociere cu o plantă laxativă, cum ar fi crușnul. Un alt exemplu l-ar prezenta sulfina care este un bun sedativ dar, în cazul bolnavilor hipotensivi, acțiunea ar putea fi dăunătoare, putînd provoca o scădere a tensiunii arteriale. În concluzie, recomandăm folosirea plantelor medicinale dar, cu o informare prealabilă asupra efectelor beneficătoare ca și a celor nocive, deci cu mult discernămint. Ele sînt produse naturale cu care organismul s-a obișnuit de-a lungul vremii, timp în care omul a căutat, a experimentat și a selecționat pe cele cu efect tămăduitor. Și dacă în acest timp trupul omenesc nu a devenit mai rezistent, în schimb posibilitățile sale de apărare au crescut, datorită cunoașterii și inteligenței umane. Remarca ne duce la frumosul, emoționantul simbol filozofic emis de Pascal: „Omul nu este decît o trestie, cea mai fragilă din natură, dar este o trestie gînditoare”.

BOLNAVUL

OMUL ȘI PLANTELE MEDICINALE

Plantele medicinale au constituit una din cele mai importante preocupări ale omului de la începutul existenței sale.

În căutarea celor necesare traiului, omul a observat că anumite plante puse pe răni alinau durerea, favorizînd cicatrizarea acestora, iar altele consumate, vindecau unele boli.

Istoria plantelor medicinale arată că în China, reventul (rabarbură) *Rheum palmatum* L. se întrebuința cu 5000 de ani în urmă ca purgativ, fără să se cunoască principiile sale active (oximetil-antrachinone) care-i dau acțiunea purgativă, iar *Ephedra* (circei, slăbănog) în tratamentul astmei, deși principiul său activ, efedrina, a fost descoperit mult mai tîrziu, în anul 1887 (Magai).

De asemenea, egiptenii cunoșteau și întrebuințau ricinul, pelinul, șofranul etc., iar grecii și romanii au dezvoltat mult cunoștințele asupra plantelor medicinale, cunoștințe ce au dominat tot evul mediu.

După descoperirea Americii, s-a constatat că populația băștinașă cunoștea unele efecte medicinale ale ardeiului, semințelor de cacao și frunzelor de coca.

În Africa, populația băștinașă întrebuința, din cele mai vechi timpuri, semințele de cola, ca stimulent (în oboseală și surmenaj), efect datorit cofeinei ce se găsește în aceste semințe și care a fost izolată în laborator de-abia în anul 1820.

Dar, întrebuințarea plantelor medicinale în vechime a fost asociată de multe ori cu manifestări mistice (farmece și descințe), crezându-se că acestea imprimă plantelor proprietățile tămăduitoare.

Deși, odată cu dezvoltarea chimiei, au fost introduse în terapeutică și o serie de medicamente de sinteză, cum sînt: aspirina, piramidonul, fenacetina, antipirina etc., cercetările farmaceutice și farmacodinamice afirmă că medicamentele de origine vegetală sînt produse biologice mai accesibile metabolismului uman decît medicamentele de sin-

teză care, uneori, produc și efecte secundare nocive.

În 1527, învățatul elvețian Paracelsus arată că numai o mică parte din plantă este activă (1 g la 20 kg plantă), ceea ce aduce noțiunea de *principii active* din epoca noastră. Ulterior, oamenii de știință au întreprins numeroase și laborioase cercetări pentru izolarea principiilor active din plante.

Și astăzi se acordă o mare atenție plantelor medicinale care reprezintă surse nepuizabile de materii prime pentru prepararea medicamentelor sau izolarea industrială a principiilor active. Folosirea plantelor medicinale, sub formă de ceaiuri medicinale, se face astăzi în urma unor îndelungate cercetări și studii științifice, care au dovedit, printre altele, că plantele au o compoziție chimică complexă, ce nu poate fi reprodusă prin metode de laborator. Astfel s-a constatat că tinctura sau extractul de *Atropa belladonna* (mătrăguna), care conține totalitatea principiilor active din produsul vegetal, are o acțiune superioară atropinei și hiosciaminei, principii active izolate industrial din mătrăgună. De asemenea, extractul apos preparat din

Folium Menthae (frunze de mentă) are o acțiune asupra aparatului hepato-biliar, de două ori mai mare decât uleiul volatil izolat din frunzele de mentă sau mentholul izolat din acesta. Trebuie să precizăm însă, că extractul apos obținut din frunzele de mentă, dacă este lipsit de uleiul volatil, care se poate pierde printr-o încălzire necorespunzătoare, este aproape inactiv.

Deci, putem afirma că principiile active izolate industrial din plante, în multe cazuri nu au aceeași intensitate de acțiune ca produsul vegetal ca atare, folosit sub formă de ceai medicinal. Dar, sînt și cazuri în care produsul vegetal nu are efectul terapeutic scontat, efectul acestuia fiind inferior principiului său activ. De exemplu: strofantina, lobelina, morfina sînt principii active obținute din plante medicinale, cu efecte terapeutice superioare plantelor ca atare sau extracțiilor obținute din acestea.

Ținînd cont de aceste considerente, se acordă o atenție deosebită valorificării superioare a plantelor medicinale la care participă botaniști, farmaciști, farmacologi, agronomi, biologi, chimiști în vederea identificării rezervelor naturale, amelioră-

rii, selecționării și aclimatizării speciilor importante din punct de vedere terapeutic, cercetării chimice și farmacodinamice a plantelor folosite în medicina populară, extragerii principiilor active în vederea industrializării lor.

Valorificarea științifică a plantelor medicinale reprezintă o ramură importantă a economiei naționale, de aceea, în vederea atingerii acestui scop, s-au înființat în cadrul Ministerului Agriculturii și Industriei Alimentare — Trustul Plafar, care dirijează și coordonează recoltarea plantelor medicinale din flora spontană și culturi, ceea ce explică utilizarea în țara noastră a numeroase specii de plante medicinale sub formă de ceaiuri care conțin fie planta ca atare, fie amestecuri de mai multe plante medicinale.

Un ceai medicinal nu reprezintă numai un amestec arbitrar de mai multe plante, care pot fi utilizate într-un caz de boală, ci o rețetă construită după reguli stricte, la fel ca orice rețetă medicală. Deci, în mod curent, prin ceaiuri medicinale se înțelege un amestec de plante sau părți de plante, combinate în diferite proporții pentru a obține un efect terapeutic: vindecarea sau ameliorarea bolii.

RECOLTAREA, USCAREA, CONDIȚIONAREA ȘI AMBALAREA PLANTELOR MEDICINALE

Fie că este vorba de o singură plantă, un singur organ din plantă sau de amestecuri de plante, pentru a fi administrate ele trebuie să fie aduse într-o formă accesibilă administrării și cu o eficacitate maximă, plăcute la gust și aspect.

Cele mai simple forme de administrare a plantelor sau a ceaiurilor medicinale sînt: infuzia, decoctul, extractul sau maceratul.

Din nici o rețetă de ceai nu trebuie să lipsească indicația de folosire și preparare, deoarece obținerea unui ceai medicinal implică extragerea principiilor active din plantele ce-l constituie. De aceea, trebuie indicat dacă ceaiul se obține prin fierberea plantelor și cît timp trebuie să dureze aceasta, sau prin opărire, ori printr-o extracție la rece.

Aplicarea fitoterapiei (tratamentul cu plante medicinale sau preparate obținute din plante) pe baze științifice, presupune și respectarea unor reguli de care depinde calitatea plantelor medicinale, adică conținutul în principii active ce se găsesc acumulate, în obținerea ceaiurilor medicinale cu efectele scontate.

Pentru ca principiile active din plante să fie valorificate integral, plantele medicinale trebuie recoltate, uscate și ambalate, în anumite condiții.

Recoltarea plantelor medicinale trebuie făcută cu o mare atenție. În primul rînd, recunoașterea plantei medicinale, prin determinarea corectă a caracterelor sale botanice, are o deosebită im-

portanță. Denumirea populară nu este întotdeauna o garanție pentru identificarea speciei, deoarece aceasta poate să difere de la o regiune la alta.

Și caracterele botanice ale plantelor, în unele cazuri, pot fi foarte asemănătoare, fapt care duce la confuzii. Acestea pot da naștere la o serie de accidente — dacă se utilizează plante toxice — sau nu se ating obiectivele scontate dacă se folosesc plante lipsite de principii active.

Un alt element important este momentul recoltării — stadiul de vegetație al plantei și organul ce trebuie recoltat. Astfel, este necesar să se știe pentru fiecare specie în parte, ce organ al plantei trebuie recoltat și utilizat în scop terapeutic, epoca în care acestea conțin cantitatea cea mai mare de principii active.

În general, organele subterane, rizomii, bulbii, tuberculii sau rădăcinile plantelor perene (care trăiesc mai mulți ani) sau bianuale (care trăiesc doi ani), se recoltează primăvara devreme când apar primele frunze sau toamna târziu. Mugurii și ramurile se recoltează la începutul primăverii când scoarța se poate îndepărta ușor și seva își

începe circulația în plantă. Frunzele și florile sau planta întreagă (părțile aeriene ale plantei) se recoltează primăvara, înainte sau în momentul înfloririi, când conțin maximum de principii active. Fructele sau semințele sînt recoltate toamna târziu, când acestea sînt ajunse la maturitate, pînă la căderea brumei.

Uscarea este de asemenea un factor de mare importanță care influențează calitatea produsului vegetal. Prin uscare, produsul vegetal este stabilizat prin inactivarea enzimelor cu ajutorul căldurii.

Plantele trebuie uscate imediat după recoltare și sortare, deoarece cantitatea mare de apă ce o conțin favorizează (sub influența luminii și a oxigenului din aer) o serie de reacții chimice și fizice care degradează produsul și micșorează cantitatea de principii active. Uneori, chiar dau naștere la substanțe noi, ce n-au existat în produsul proaspăt, lipsite de acțiune sau chiar iritante. Prin uscare, adică eliminarea apei în mod corespunzător, aceste fenomene pot fi evitate. Mai mult chiar, prin uscare, în unele plante se produc modificări favorabile activității lor terapeutice. De exemplu, la semin-

țele de chimen a rezultat, din cercetări, că după recoltare, uscare și păstrare timp de patru luni, conținutul în ulei este de 2,50% g, iar după 15 luni, 50% g. Scoarța de crușin trebuie uscată la umbră timp îndelungat și păstrată cel puțin un an înainte de utilizare, deoarece în scoarța proaspătă, principiile active dau și fenomene secundare, cum sînt colici puternice, greață, vomă.

Frunzele de *Hyoscyamus niger* (măselarița), *Atropa belladonna* (mătrăguna), *Digitalis purpurea* (degețelul roșu) prin uscare pierd mirosul inițial neplăcut; alte plante medicinale în stare proaspătă sînt inodore (fără miros), iar prin uscare și conservare capătă un miros caracteristic. Frunzele de mentă printr-o uscare necorespunzătoare conduc la un produs cu o cantitate mai mică de ulei volatil.

Întreprinderile de plante medicinale din țară sînt dotate cu toate mijloacele moderne pentru recoltare, uscare, condiționare, ambalare și depozitare a plantelor medicinale, obținînd astfel o materie primă vegetală conform standardelor de stat, normelor Interne și Farmacopeei Române. De aceea, este recomandabil să se folosească plante

medicinale procurate prin unitățile de desfacere ale acestor întreprinderi, farmacii și magazine Plafar, evitîndu-se astfel și eventualele confuzii ce s-ar putea produce în identificarea speciei.

Totuși, pentru cei care au posibilitatea să recolteze – în mod corect – plante medicinale direct din mediul înconjurător, dăm cîteva reguli generale.

- Imediat după recoltare, plantele medicinale vor fi sortate, îndepărtînd pe cele atacate de insecte sau ciuperci (pătate, mucegăite sau perforate), curățate, adică periate sau spălate rapid sub un jet de apă rece (rădăcinile, rizomii, bulbii), pentru a îndepărta impuritățile, corpurile străine, atît minerale cît și organice.

- Uscarea se va face în straturi subțiri, pe rame de lemn prevăzute cu site sau tifon, în locuri uscate, bine aerisite, curate, ferite de praf, insecte sau animale.

- Temperatura la care sînt uscate plantele este de obicei temperatura mediului ambiant. Uscarea în acest caz este denumită naturală; se poate face în aer liber, la soare sau la umbră, în funcție de

principiile active ce le conține organul respectiv din plantă.

- **Scoarța**, lemnul, ramurile se usucă la temperatura obișnuită, deoarece principiile active din țesuturile acestora au o umiditate mai redusă, nu se alterează ușor și pot fi uscate lent, într-un timp variabil, în funcție de anotimp și de organul respectiv. După uscare, unele produse pot fi folosite imediat, pe când altele numai după un anumit timp. Astfel, scoarța de crușin, după uscare se păstrează un an, după care se utilizează în compoziția ceaiurilor medicinale; prin uscare își schimbă culoarea, care din albă devine roșie.

- Frunzele se usucă la o temperatură mai ridicată (la soare puternic) sau în poduri, care sînt acoperite cu tablă ce se încălzește repede și asigură o temperatură de 40–60°C, deoarece clorofila suferă modificări într-o uscare lentă, iar frunzele își pierd culoarea verde inițială sau chiar mucegăiesc.

- Florile se usucă la soare acoperite cu hîrtie, pentru a-și păstra culoarea și mirosul, sau în poduri, la temperaturi mai ridicate, circa 40°C.

- Fructele, semințele și mugurii necesită o uscare specială. Temperatura trebuie să fie între 40–100°C,

ceea ce se realizează mai greu într-o gospodărie. Ele au o umiditate mare sau substanțe viscoase, cleioase, sau rășinoase care îngreunează uscarea.

- Părțile din plantă care conțin uleiuri volatile se usucă la temperatura de 30–35°C, separat de alte plante, deoarece uleiurile volatile sînt puternic mirositoare și se pot transmite de la o plantă la alta.

- Frunzele și florile se consideră uscate cînd, zdrobite între degete, produc un zgomot caracteristic.

După uscare, prin eliminarea apei, greutatea și volumul produselor vegetale scad 40–85%, schimbîndu-se și forma lor inițială. Frunzele se încrețesc, scoarțeleiau forma de jgheab sau tuburi, iar suprafața rădăcinii devine striată.

O plantă medicinală uscată corect rămîne întreagă, păstrîndu-și culoarea, mirosul și gustul.

Uscarea artificială se face cu ajutorul căldurii, în etuve speciale și prezintă numeroase avantaje față de uscarea naturală. Astfel plantele sînt uscate într-un timp foarte scurt, evitîndu-se procesele enzimatice, la temperaturi optime de uscare. În funcție de principiile active ce le conțin plantele, temperatura de uscare poate fi reglată, obținîndu-se ast-

fel produse vegetale cu o compoziție chimică neschimbată și cu un aspect exterior corespunzător.

Prin experiențe s-a stabilit că temperatura de uscare influențează cantitatea de principii active din fiecare plantă. De exemplu, frunzele de *Datura stramonium* (ciumăfaie), proaspăt recoltată, au un conținut de alcaloizi totali de 0,26% g; după uscare la 60–65°C, acesta scade la 0,24% g, iar uscate la 19°C au un conținut de numai 0,19% g alcaloizi totali.

Întreprinderile din țara noastră care se ocupă cu prelucrarea și valorificarea plantelor medicinale sînt dotate cu cele mai moderne uscătoare artificiale, asigurînd temperaturile necesare și o circulație a aerului cald, într-un sistem continuu.

Condiționarea plantelor medicinale. În industrie, după uscare urmează stabilizarea produselor vegetale, apoi condiționarea în cadrul căreia produsul vegetal poate fi adus la un grad de fărîmîtare dorit (in toto = întreg; concisum = tăiat; pulveratum = pulverizat).

Ambalarea și conservarea au, de asemenea, importanță în obținerea produselor vegetale de calitate. O conservare necorespunzătoare duce la de-

valorizarea produsului. Astfel, plantele medicinale uscate vor fi păstrate în pungi de hîrtie, dublate cu hîrtie pergament, în cutii de carton sau lemn, căptușite tot cu hîrtie pergament. Plantele medicinale care conțin uleiuri volatile se păstrează în vase de sticlă bine închise, la o temperatură de aproximativ 20°C, ferite de lumină.

Chiar dacă se utilizează în diferite amestecuri, este bine ca fiecare plantă să fie păstrată separat, în ambalaje prevăzute cu etichete în care să se specifice denumirea plantei, anul și data recoltării. În general, plantele medicinale pot fi păstrate între 1–3 ani, în locuri răcoroase, uscate, ferite de lumină.

FORMA SUB CARE SE ÎNTREBUINȚEAZĂ PLANTELE MEDICINALE

În produsele farmaceutice, plantele sînt folosite de obicei sub formă de tincturi, extracte sau principii active ca atare (produse industriale). Tinctura se poate folosi și ca atare sub formă de picături, cum este de exemplu tinctura de valeriană. Tincturile sînt preparate în farmacie sau industrie și sînt administrate pentru uz intern sau extern. Nu se prepară în gospodărie, necesitînd aparatură greu de realizat.

Alegerea procedului de extracție a principiilor se face în funcție de natura produsului vegetal și a substanței principiului extras.

De regulă, plantele medicinale pot fi folosite sub următoarele forme: ceaiuri, inhalatii, cataplasme, clisme, băi de plante. Cele mai simple forme de

preparare a ceaiurilor medicinale sînt: infuzarea, decoctia și macerarea.

Infuzarea (obținerea infuziei) se folosește la extragerea substanțelor active din produsele vegetale, care conțin țesuturi friabile (fragile): flori, frunze, ierburi, iar în unele cazuri chiar și rădăcini și fructe ce conțin uleiuri volatile, care prin fierbere se pierd. Dacă cantitatea de plantă nu este prescrisă în rețetă, se iau în general 6% g; pentru rădăcină de valeriană 3% g; pentru frunze de digitală 0,5% g și pentru rădăcina de Ipeca 0,25% g. Infuzia se obține astfel: peste produsul mărunțit se toarnă apă clocotită, se acoperă vasul și se menține 15–30 minute la cald. Se strecoară prin tifon sau strecurătoare cu sită fină; reziduul (planta rămasă) se poate storce.

Decoctia (obținerea decoctului) se folosește la extracția substanțelor active din produsele vegetale cu țesuturi lemnoase: rădăcini, rizomi, scoarțe, fructe sau frunze coriace (frunze groase, de ex.: de eucalipt). Produsul vegetal mărunțit se tratează cu apă în clocote și se fierbe timp de 5–15 minute sau se menține într-o baie de apă în fierbere 30 minute,

după care se strecoară și se completează la cantitatea prescrisă, prin stoarcerea reziduului (planta rămasă după fierbere) și spălarea lui cu apă fierbinte.

Macerarea (obținerea maceratului) se folosește de obicei la extragerea mucilagiilor din plante; ex.: din rădăcină de nalbă, semințe de in etc. Peste produsul mărunțit se adaugă cantitatea de apă rece prescrisă și se menține aproximativ 30 minute la temperatura camerei, agitând vasul de 5-6 ori; în funcție de specie, timpul de macerare poate fi variabil. Lichidul obținut prin macerare se decantează (se lasă să se așeze), apoi se strecoară. Se spală reziduul cu apă (rece) o dată sau de două ori și se toarnă peste lichidul filtrat pînă se obține cantitatea prescrisă. Macerarea se folosește și la unele flori, cum ar fi cele de nalbă; reziduul se infuzează sau chiar se face o decoctie, care se adaugă la primul filtrat.

Doza și modul de întrebuințare sînt factori importanți de care trebuie să se țină seama la prepararea și administrarea ceaiurilor medicinale.

Aceste ceaiuri, ca și produsele farmaceutice, trebuie folosite corect și în proporție, după formula

indicată. Pentru aceasta, dăm echivalența cantitativă a diferitelor organe de plante uscate și fragmentate, măsurate cu o linguriță plină, care reprezintă:

Frunze	2—3 g
Flori	3—4 g
Rădăcină și rizomi	5—7 g
Scoarță	6—7 g
Fructe	5—6 g
Părți aeriene	4—5 g
Mătase de porumb	1 g

Ceaiurile medicinale se prepară la nevoie și se păstrează cel mult o zi. Se consumă proaspete, neîndulcite sau îndulcite cu miere, zahăr sau zaharină.

În cazul în care nu sînt alte indicații, ceaiurile medicinale se beau de obicei dimineața pe nemîncate, cînd resorbția este completă, seara înainte de culcare sau la 2-3 ore după masa principală. Ceaiul medicinal se bea foarte încet, înghițitură cu înghițitură, cald. De obicei, se face o cură mai îndelungată (identică cu apa minerală), dar nu nelimitată, fiindcă se poate ajunge la o acumulare a acțiunii principiilor active din planta res-

pectivă, ceea ce în unele cazuri dăunează organismului.

În tratamentul cu plante medicinale nu trebuie aşteptat un efect imediat (fac excepţie cele cu acţiune antiseptică, cardiotonică, hemostatică, calmante ale sistemului nervos central). Ele acţionează în timp, în urma unui tratament îndelungat şi sistematic.

S-au înregistrat cazuri, ca de exemplu, o colită puternică, care nu s-a vindecat cu tratament medical sau regim alimentar, dar s-a vindecat printr-o cură consecventă de ceai de flori de muşţel.

Ceaiurile medicinale, preparate dintr-o singură plantă sau amestecuri de plante medicinale, pot fi folosite şi ca băuturi reconfortante atât pentru oamenii sănătoşi cât şi pentru cei bolnavi. Ele asigură un aport crescut de apă, zaharuri, vitamine, săruri minerale, principii active pe care le conţin.

În afară de ceaiuri, plantele medicinale pot fi folosite şi sub formă de inhalatii, cataplasme, clisme, băi locale sau generale, tincturi.

Inhalatiile se obţin din plante medicinale aromatice sau din uleiurile extrase din plante. Peste

planta mărunţită sau uleiul volatil, puse într-un vas smălţuit sau de porţelan, se toarnă apă fierbinte. Vaporii de apă antrenează uleiul volatil care este inhalat odată cu aceştia, acţionând la nivelul căilor respiratorii. Se recomandă în răceli sau diferite afecţiuni ale căilor respiratorii.

Cataplasmele sau prişniţele sînt preparate din plante medicinale aduse la un grad de mărunţire foarte fină şi îmbibate cu apă caldă. Ele sînt aplicate direct pe piele sau între două tifoaie. Ex.: făina de muştar, în, hrean etc.; au acţiune revulsivă sau emolientă.

Clismele se fac de regulă cu infuzie din planta prescrisă şi se administrează pe cale rectală, cu irigatorul sau cu o pompiţă de cauciuc.

Băile din plante medicinale sînt utilizate în scop terapeutic şi au efecte benefice asupra întregului organism. Se obţin în general prin infuzare (obţinerea unei infuzii din planta sau plantele respective, care după filtrare se răstoarnă în apa din baie) sau decoctie. Se mai pot obţine prin introducerea plantelor mărunţite, puse într-un săculeţ de tifon, direct în apa din baie fierbinte.

PRINCIPALELE PLANTE MEDICINALE

Cu tot efectul binefăcător al plantelor medicinale, trebuie să ținem seama de faptul că în tratamentul bolilor acute sau cronice grave, acestea s-ar putea să nu aibă efect. Bolnavul este astfel sustras de la o medicație corespunzătoare și întârzie un tratament energetic necesar imediat, riscând în acest mod agravarea bolii.

Subliniem că această lucrare — „Plantele medicinale în terapeuica modernă” — nu urmărește să prescrie tratamente sau să înlocuiască consultația medicală, ci numai să facă cunoscut cititorilor acest tezaur natural, plantele medicinale cu acțiunile lor terapeutice, îndrumând utilizarea sa rațională, în mod științific, contribuind astfel la apărarea sănătății omului.

Denumirea plantei. Partea care se folosește	Compoente principale	Efectele substanțelor active
1	2	3

1. AFINUL — *Vaccinium myrtillus* L. Familia *Ericaceae*.

— frunze	— tanin — arbutină — hidrochinonă — mirtilină — ericolină — neomirtilină	— astringent — bacteriostatic — scade zahărul din sînge
— fructe	— tanin — pectine — mirtilină — zaharuri — provitamina A — vitamina C — acizi: citric, malic, oxalic, succinic, lactic	— astringent — scade zahărul din sînge

Modul de preparare și administrare: — frunze:

Modul de folosire și acțiunea	Boala
4	5

Intern — antidiareic — diaree
— diuretic — diabet
— antiseptic urinar — infecții urinare
— crește acuitatea vizuală — uremie
(vederea) — gută, reumatism
— adjuvant în tratamentul
de bază al diabetului

Intern — antidiareic — diaree
— antiseptic intestinal — enterocolite de:
— antihelmintic — fermentație
— crește acuitatea vizuală — putrefacție
(vederea) — oxiurază
— antiseptic urinar — diabet
— adjuvant în tratamentul — infecții urinare
de bază al diabetului

Infuzie — 2 lingurițe la 500 ml apă clocotită. Se bea caldă
și fracționat în trei reprize, în decursul unei
zile.

1	2	3
---	---	---

— fructe:

Atențiune: — A nu se recolta din greșală fructele prin suc albidios ce-l conțin. Afi-

2. ALBĂSTRELE — *Centaurea cyanus* L. Familia Compositae.

- | | | |
|---------|----------------------|------------------|
| — flori | — tanin | — astringent |
| | — glucozid | |
| | — centaurina | — crește diureza |
| | — pigment antocianic | |
| | — cianina | |
| | — mucilagii | — calmant |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

decoct — o linguriță și jumătate de fructe zdrobite la 500 ml apă rece; se fierbe 30 minute; se bea cald în trei reprize, în decursul unei zile.

macerare la rece — o linguriță și jumătate de fructe zdrobite, la 400 ml apă rece, la temperatura camerei; se lasă la macerat 8 ore. Se utilizează în trei reprize, în decursul unei zile.

speciei *Vaccinium uliginosum* L., care se deosebesc de afinele prin strivire dau un suc negru-violaceu.

Intern — antidiareic
— diuretic

— diaree
— dispepsie
— afecțiuni renale și ale vezicii urinare

Extern — calmant

— calmant în iritații oculare

Infuzie — o linguriță și jumătate de flori la 300 ml apă clocotită; se lasă vasul acoperit 15—20 minute; se bea cald în trei reprize înaintea meselor principale, cu aproximativ o jumătate de oră.

— Extern, sub formă de cataplasme și comprese pentru ochi.



Fig. 1 — Afinul



Fig. 2 — Anasonul

1	2	3
---	---	---

3. ANASONUL — *Pimpinella anisum* L. Familia
Umbelliferae.

- | | | |
|----------|----------------------|----------------------|
| — fructe | — ulei volatil | — stimulent al func- |
| | — anetol | țiilor pancreatice |
| | — aldehidă anisică | — antispastic |
| | — lipide | — carminativ |
| | — substanțe minerale | |
| | — protid, zaharuri, | |
| | amidon | |

Modul de preparare și administrare:

Contraindicații: gastrite, ulcer gastric și duo-

4. ANGHINAREA — *Cynara scolymus* L. Familia
Compositae.

- | | | |
|----------|---------------|---------------------|
| — frunze | — cinarină | — excită secrețiile |
| | | billare |
| | — oxidaze | — scad zahărul |
| | | din sânge |
| | — polifenoli | — aceste substanțe |
| | — flavone | au următoarele |
| | — cinarozidă | efecte: |
| | — scolinozidă | — măresc reziduul |
| | — inulină | uscat al bilei |

4	5
---	---

- | | | |
|--------|----------------------------|-------------------------|
| Intern | — aromatizant | — bronșite |
| | — expectorant | — anorexie |
| | — stimulează apetitul | — insuficiență pancrea- |
| | — stimulează secrețiile | tică și intestinală |
| | pancreatice și intestinale | — balonări abdominale |
| | — diuretic | — viermi intestinali |
| | — carminativ | |
| | — antihelmintic | |
| | — antispasmodic intestinal | |

infuzie — o linguriță la 300 ml apă clocotită; după 20 minute se strecoară; se bea fracționat în 3 reprize înaintea meselor principale. Se utilizează scurt timp, anetolul fiind toxic.

denal, enterocolite acute și cronice.

- | | | |
|--------|-----------------------------|---------------------------|
| Intern | — coleretic | — nefrite cronice |
| | — colagog | — vărsături |
| | — hipocolesterolemiant | — enterite |
| | — descongestiv renal | — fermentații intestinale |
| | — mărește pofta de mâncare | — hemorolzi |
| | — adjuvant în hipertensiune | — anghină pectorală |
| | arterială | — ateroscleroză |
| | — acțiune antimicrobiană | — hepatite cronice |
| | | — ciroze hepatice |

1	2	3
— săruri de potasiu și magneziu	— stimulează secreția biliară a colesterolu- lului	
— principiu amar	— <u>scad colesterolul</u> <u>din sânge</u>	
— acizi organici	— regenerează celulele hepatice	
— acid clorogenic		
— acizi aminați		

Modul de preparare și administrare:

Contraindicații: afecțiuni acute renale și hepato-

5. **ARNICA** — *Arnica montana* L. Familia *Compositae*.

- flori — colină
- alcooli triterpenici
- coloranți de natură
carotinoidă

Modul de preparare și administrare:

Contraindicații: nu se utilizează intern, provo-

4	5
	— angiocolite
	— colecistite acute și cronice
	— constipații
	— hipertensiune arteri- ală
	— hipercolesterolemie

infuzie — 2 lingurițe la 300 ml apă clocotită; se bea în
trei reprize înainte meselor principale. După
10 zile se mărește doza la 4 lingurițe, iar după
încă 10 zile, 5 lingurițe la 300 ml apă clo-
cotită. În acest fel, doza crește treptat la 10
zile. După o pauză de o lună, cura se poate
relua. *Nu se supradozează* provocând colici he-
pato-biliare.

biliare.

- | | |
|----------------------------|-------------------|
| <i>Extern</i> — antiseptic | — laringită acută |
| — cicatrizant | (răgușeală) |
| — decongestiv | — plăgi (răni) |

infuzie — pentru laringite (răgușeală), 2 lingurițe flori,
la 200 ml apă clocotită, cu care se face gargară
la 3—4 ore.

tinctură — ca cicatrizant și antiseptic în răni, 15 g tinctu-
ră (de la farmacie) la 100 ml apă.

când deranjamente gastrointestinale și hipertensiune arterială.

1	2	3
---	---	---

6. BRUSTURUL — *Arctium lappa* L. Familia *Compositae*.

- | | | |
|----------|----------------------------|------------------|
| rădăcina | — inulină | — hipoglicemiant |
| | — săruri de potasiu | — crește diureza |
| | — ulei volatil | |
| | — substanțe antimicrobiene | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

7. BUSUIOC — *Ocimum basilicum* Familia *Labiatae*.

- | | |
|----------------|------------------------------------|
| — toată planta | |
| — ulei volatil | — aromatizant |
| | — calmant al colicilor intestinale |
| | — absoarbe gazele |
| | — galactogog |
| | — reduce stările de vomă |

4	5
---	---

Intern

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| — diuretic | — diabet |
| — reduce calculii biliari | — calculoză biliară |
| — antidiabetic | — răceală |
| — sudorific | — gripă |
| | — acnee |
| | — furunculoză |

Extern

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| — stimulează creșterea părului | — acnee, eczeme uscate |
| — astringent | — tenuri grase (seboreice) |
| — antiseptic | — furunculoză |

d e c o c t — 2 linguri de rădăcină mărunțită la 500 ml apă clocotită; se continuă fierberea încă 2 minute la foc scăzut, apoi se ia vasul de pe foc, se acoperă și se lasă 15 minute. Lichidul rezultat se bea cald în 3—4 reprize în decursul unei zile.

d e c o c t — 4 linguri de rădăcină mărunțită la 500 ml apă. Se prepară în același mod. Se folosește în aplicații locale sub formă de comprese.

Intern

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| — antiseptic intestinal | — colici intestinale |
| — carminativ | — balonări intestinale |
| — stimulează digestia | — vomă |
| — galactogog | — gripă |
| — antiemetic | — răceală |
| — diuretic | — bronșită acută și cronică |
| — antiinflamator renal | |

1	2	3
---	---	---

— calmează durerile
de cap

Modul de preparare și administrare:

8. CĂTINA ALBĂ — *Hippophaë rhamnoides* L. Familia
Elaeagnaceae.

- fructe — vitamina C
— pigmenti carotidieni
— ulei gras
— izoramnetol
— vitamina B₁ și B₂
— acid folie
— acizi grași
— fitosteroli
— inozitol
— acid nicotinic
— ulei esențial

(este o polivitamină
naturală)

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| — expectorant | — dureri de cap |
| — antiseptic pulmonar | — ulcer gastric |
| — antiinflamator gastric | — infecții urinare |
| — aromatizant | — anorexie |
| — antidiareic ușor | — diaree |
| | — colită de fermentație |

infuzie — o linguriță la 200 ml apă clocotită. Se beau 3
cealuri căldute pe zi, după mesele principale,
de preferință unul seara la culcare. În colitele
de fermentație se bea neîndulcit, sau îndulcit
cu zaharină.

- Intern**
- | | |
|----------------------------------|---------------|
| — aport important
de vitamine | — avitaminoză |
| — antidiareic | — diaree |
| | — reumatism |
| | — urticarie |

infuzie — 2 linguri de fructe zdrobite la 500 ml apă clo-
cotită. Se lasă vasul acoperit 30 minute; se
bea fracționat în decursul unei zile.



Fig. 3 — Busuiocul



Fig. 4 — Cătina albă

1	2	3
---	---	---

9. CERENȚELUL — *Geum urbanum* L. Familia Rosaceae.

- | | |
|--------------------|---|
| rădăcină — eugenol | — dezinfectant și
calmant intestinal |
| — tanin | — astringent |
| — ulei volatil | |
| — subst. amare | |
| — enzimă-geoză | |
| — gumirezină | |
| — amidon | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: — nu se supradozează, deoarece provoacă duce iritații gastrointestinale.

Contraindicații: — afecțiuni cronice hepatice

10. CHIMENUL — *Carum carvi* L. Familia Umbelliferae.

- | | |
|-------------------------|--|
| — fructe — ulei volatil | — stimulent al secre-
țiilor gastrice |
| | — carminativ |

4	5
---	---

- | | |
|--|-------------------------|
| Intern — dezinfectant și calmant
intestinal | — enterite infecțioase |
| — hemostatic | — diaree |
| — analgezic | — afecțiuni gastrice |
| | — vomitări |
| | — hemoragii hemoroidale |
| | — menstrre cu dureri |
| Extern — antiseptic | — plăgi |
| | — gingivite sîngerînde |
| | — abcese dentare |
| | — amigdalite |

decoct — 2 lingurițe de rădăcină mărunțită la 300 ml apă rece; se fierbe 30 minute; se utilizează în 3 reprize, după mesele principale.

decoct — 3 lingurițe la 300 ml apă rece; se fierbe 30 minute; se folosește sub formă de gargară și în aplicații locale sub formă de comprese.

greață și vărsături; nu se utilizează între mese, deoarece pro- și renale.

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| Intern — carminativ | — balonări intestinale |
| — galactogog | — anorexie |
| — reglează funcțiile
stomacului | — bronșite |
| | — colici gastice și intes-
tinale |

1	2	3
---	---	---

— crește diureza

Modul de preparare și administrare:

11. CICOAREA — *Cichorium intybus* L. Familia *Compositae*.

— rădăcină + părțile aeriene ale plantei

- | | |
|-------------------|------------------|
| — ulei volatil | — crește diureza |
| — principii amare | — coleretic |
| — colină | — colagog |
| — inulină | |
| — tanin | |

Modul de preparare și administrare:

12. CIMBRUL* — *Thymus vulgaris* L. Familia *Labiatae*.

— toată planta (părțile aeriene ale plantei)

- | | |
|----------------|-------------------------|
| — ulei volatil | — antiseptic intestinal |
| — cineol | — |
| — timol | — coleretic, colagog |

4	5
---	---

- | | |
|------------------------------------|----------------|
| — antiinflamator intestinal | — enterocolite |
| — antiseptic gastric și intestinal | |
| — diuretic | |
| — fluidifică secrețiile bronșice | |

infuzie — o linguriță și jumătate de semințe la 250 ml apă clocotită; se bea în trei reprize după mesele principale.

- | | | |
|---------------|--|-----------------------|
| <i>Intern</i> | — stimulează funcțiile hepatice și digestive | — angiocolite |
| | — coleretic | — dischinezii biliare |
| | — colagog | — constipații cronice |
| | — diuretic | — acnee |
| | — stimulează funcțiile renale | — furunculoză |
| | — depurativ | — hepatite cronice |
| | — laxativ | |

decoct — 2 lingurițe de rădăcină mărunțită, la 200 ml apă rece; se fierbe 5 minute; se bea cald în 3 reprize, înaintea meselor principale.

- | | | |
|---------------|-------------|-----------------------|
| <i>Intern</i> | — coleretic | — dischinezii biliare |
| | — colagog | — tuse |
| | — stomahic | — bronșită |

1	2	3
— carvacrol	— antispastic intestinal	
— subst. amare	— expectorant	
— serpilina	— antispastic al căilor respiratorii	
— taniu	— ameliorează funcțiile ficatului și rinichilor	
	— antihelmintic	
	— stomahic	

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
— antihelmintic	— răgușeală
— regulator al funcțiilor hepatice și renale	— astm bronșic
— reduce spasmele intestinale	— dispepsii ușoare
— antispastic pulmonar	— enterocolite
— expectorant	— viermi intestinali

Extern — antiinfecțios (băi) — reumatism
 — calmant (băi) al S.N. (sistemul nervos) — gută
 — seboree
 — plăgi purulente

infuzie — 1 sau 2 lingurițe de plantă mărunțită la 250 ml apă clocotită; se bea în 3 reprize în timpul unei zile, de preferință înaintea meselor principale; mai concentrat, 2—3 linguri de plantă mărunțită la 250 ml apă clocotită; se iau 3—4 linguri pe zi, înaintea meselor principale.

infuzie 100 — g plantă întreagă, uscată și mărunțită, se introduce în 3 l apă clocotită. După 30 minute; se strecoară și se introduce în apa din cadă care trebuie să atingă t°, 37°C. Se stă 15—20 minute.

1	2	3
---	---	---

* În scopuri medicinale se poate folosi și cimbrisorul mici tufe.

Atențiune: nu se supradozează deoarece provoacă siune și inccordonare motorie.

Contraindicații: gastrite, enterite, esofagite,

13. CIREȘUL — VIȘINUL — *Cerasus vulgaris* Mill; *Cerasus avium* (L) Moench. Familia *Rosaceae*.

— codițe — săruri de potasiu — crește diureza
— derivați flavonici
— tanin de natură — astringent
catehică

Modul de preparare și administrare:

14. CIUBOȚICA CUCULUI — *Primula officinalis* (L) Hill.
Primula elatior (L) Grufb.
Familia *Primulaceae*.

— rădăcină și flori
— saponozide — fluidifică secrețiile
bronșice

Modul de preparare și administrare Intern

Extern

4	5
---	---

de cîmp (*Thymus serpyllum* L.), care crește în fînețe formînd tulburări gastrointestinale, excitații nervoase urmate de depre-
insuficiențe pancreatice.

Intern — antidiareic — diaree
— diuretic — pielite
— antilnflamator renal — pielonefrite
— cistite

d e c o c t — un pumn de codițe la 600 ml apă rece; se fierb 15 minute; se bea fracționat în 3—4 reprize în decursul unei zile, de preferință cald.

Intern — emolient — bronșite
— expectorant — pneumonii
Extern — contuzii

i n f u z i e s a u d e c o c t — 1—3 g%, de 2 sau 3 ori pe zi
— copil, 0,5 g%

d e c o c t — 3—5 g%, sub formă de comprese.



Fig. 5 — Cerentelul

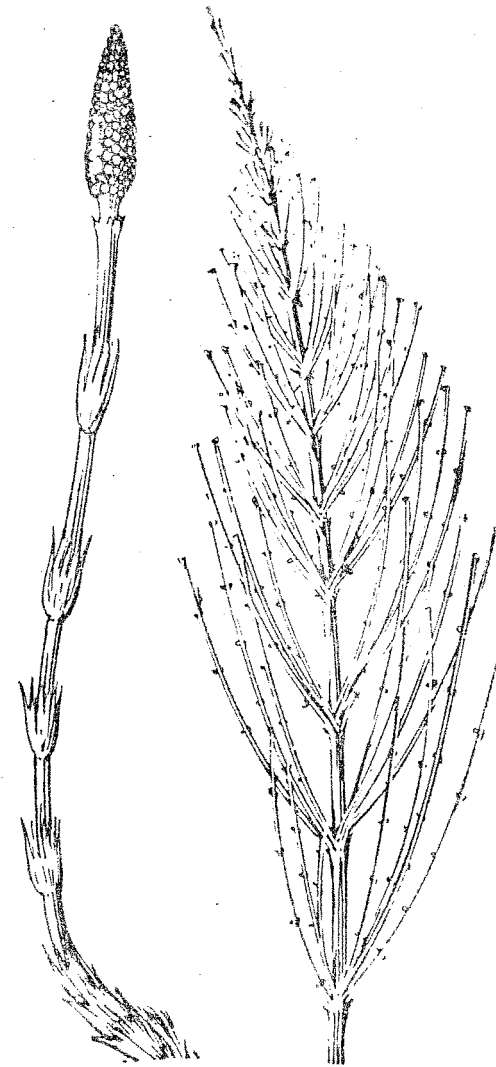


Fig. 6 — Coadă calului

1	2	3
---	---	---

15. COADA CALULUI — *Equisetum arvense* L. Familia
Equisetaceae.

— toată planta

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| — ulei volatil | — acțiune antimicrobiană |
| | — antiseptic urinar |
| — bioxid de Si | — remineralizant |
| — săruri de potasiu | — scad aciditatea gastrică |
| | — crește diureza |

Modul de preparare și administrare:

16. COADA RACULUI — *Potentilla anserina* L. Familia
Rosaceae.

— toată planta

- | | |
|-------------------|-----------------------------------|
| — tanin | — astringent |
| — subst. amare | — favorizează coagularea sîngelui |
| — mucilagii | |
| — ulei volatil | |
| — săruri minerale | |
| — flavone | — acțiune spasmolitică |

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|--------------------------|-------------------------|
| <i>Intern</i> | — dezinfectant urinar | — anemie, convalescență |
| | — remineralizant | — gută |
| | — diuretic | — reumatism |
| | — hipoacidifiant | — ulcer gastric |
| | — acțiune antimicrobiană | — bronșite |
| | — expectorant | |
| | — bronhodilatator | |

d e c o c t — o linguriță plantă mărunțită la 250 ml apă rece; se fierbe 15 minute; se beau 3 ceaiuri pe zi, între mese.

- | | | |
|---------------|--|------------------------|
| <i>Intern</i> | — antispastic gastric și intestinal | — anemie |
| | — împiedică formarea calculilor renali | — convalescență |
| | — analgezic | — artrite |
| | — antidiareic | — hipermenoree |
| | | — dismenoree |
| | | — enterocolite |
| | | — colici gastrice |
| | | — diaree |
| | | — calculoză renală |
| <i>Extern</i> | — antiseptic | — inflamații gingivale |
| | — cicatrizant | — leucoree |
| | — hemostatic | — ulcerații cutanate |

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se bea pe nemincate, deoarece provoacă

Contraindicații: afecțiuni cronice renale și

17. COADA ȘORICELULUI — *Achillea millefolium*

L. Familia *Compositae*.

— flori	— ulei volatil	— bronhodilatator
	— cineol	— antiseptic
	— borneol	— expectorant
	— pinen	— antispastic bron-
	— limonen	șic
	— cariofilen	— inflamații gastro-
— thion-camfen		intestinale
— azulen		— hemostatic
— achilleina		— stomahic
— acid achileic		— antiseptic și cal-
		mant al mucoasei
— acizi organici		anorectale
— formic, acetic,		— antispasmodic al
probionic, va-		căilor biliare
lerianic		
— alcooli		
— etilic		
— metilic		

4	5
---	---

d e c o c t — o linguriță și jumătate la 500 ml apă rece; se fierbe 15 minute; se bea caldă în trei reprize, după mesele principale.

d e c o c t — (extern), se mai folosește în spălături vaginale; gargară.

iritația mucoasei gastrointestinale.
hepatice.

<i>Intern</i>	— bronhodilatator	— anorexie
	— diminuează secrețiile	— enterocolite
	gastrice	— colici gastrice
	— topic astringent	— colici hepatice
	— dezinfectant și calmant	— bronșite
	gastrointestinal	— gastrite
	— carminativ	— hipermenoree
	— antispastic biliar	— dismenoree
	— expectorant	— hemoroizi
	— decongestiv hemoroidal	— balonări abdominale
	— analgetic	— cistite

<i>Extern</i>	— efect calmant, antiin-	— arsuri
	flamator și dezinfectant	— plăgi supurate
	(băi sau comprese)	— eczeme umede
	— regenerează țesuturile	— abcese dentare

1	2	3
---	---	---

— subst. antibiotice

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

18. CORIANDRUL — *Coriandrum sativum* L. Familia Umbeliferae.

- | | | |
|----------|-------------------|---------------------|
| — fructe | — ulei volatil | — carminativ |
| | — d-linalol | — stimulator al |
| | — geraniol | secrețiilor gastro- |
| | — cineol | intestinale |
| | — pinen | |
| | terpinen | |
| | — lipide | |
| | — amidon | |
| | — pectine | |
| | — subst. minerale | |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

— calmant al mucoasei
anorectale

— ~~ulcer varicos~~
— hemoroizi

infuzie — 2 linguri de flori la 500 ml apă clocotită; se bea caldă și fracționat în 4—5 reprize, în cursul unei zile.

infuzie — 3 linguri la 500 ml apă clocotită. Se folosește sub formă de comprese sau băi.

- Intern*
- | | |
|--|-----------------------|
| — stimulează secrețiile
gastrointestinale | — anorexie |
| — antihelmintic | — dispepsii digestive |
| — carminativ | — balonări abdominale |
| — calmant gastrointestinal | — viermi intestinali |

infuzie — o linguriță de fructe zdrobite la 300 ml apă clocotită; se bea caldă și fracționat în timpul unei zile.

— antihelmintic — 20 g fructe la 100 ml apă clocotită; se bea pe nemâncate întreaga cantitate.



Fig. 7 — Coadă raculă



Fig. 8 — Coriandrul

1	2	3
---	---	---

19. **CRUȘINUL** — *Rhamnus frangula* L. Familia *Rhamnaceae*.

- | | | |
|---------|-----------------------------|--|
| — coajă | — compuși
antrachinonici | — cresc peristaltismul
intestinal
— colagog, coleretic |
|---------|-----------------------------|--|

Modul de preparare și administrare:

Atențiune: nu se bea în cantități mari, provocând proaspătă, deoarece provoacă grețuri și vărsături; se folosește

20. **DUDUL** — *Morus alba* L., *Morus nigra* L. Familia *Moraceae*.

- | | | |
|----------|------------------------------|----------------|
| — frunze | — tanin | — astringent |
| | — beta caroten | — antidiabetic |
| | — adenină | |
| | — carbonat de
calciu | — alcalinizant |
| | — glucozide ale
argininei | |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|--|--|
| <i>Intern</i> | — laxativ sau purgativ în
funcție de doză | — angiocolite
— insuficiență hepatică |
| | — coleretic | — constipații cronice |
| | — colagog | — obezitate |

d e c o c t — peste o linguriță de coaje, se toarnă 250 ml apă clocotită; se lasă vasul acoperit 15 minute, după care se fierbe la foc scăzut încă 15 minute; se bea seara la culcare. Doza se va stabili în funcție de individ, creșterea fiind progresivă, la 2—3 lingurițe; ca laxativ dimineața pe stomacul gol.

colici puternice și scaune lichide. Nu se consumă planta numai după un an de la recoltare.

- | | | |
|---------------|---|--|
| <i>Intern</i> | — antidiareic | — diaree |
| | — alcalinizant | — diabet zaharat |
| | — adjuvant în tratamentul
diabetului | — gastrite
— ulcer gastric și duo-
denal |

i n f u z i e — o lingură frunze de dud alb sau dud negru la 250 ml apă clocotită; se bea în 3 reprize după mesele principale.

1	2	3
---	---	---

21. FASOLEA — *Phaseolus vulgaris* L. Familia Leguminosae.

- | | | |
|--------|-------------------|---------------------------|
| — lăci | — aminoacizi | — crește diureza |
| | | — scade zahărul din sînge |
| | — arginină | |
| | — aspargină | |
| | — tirozidă | |
| | — triptofan | |
| | — vitamina C | |
| | — subst. minerale | |

Modul de preparare și administrare: Intern

22. FENICULUL — *Foeniculum vulgare* Mill. Familia Umbelliferae.

- | | | |
|----------|----------------|------------------|
| — fructe | — ulei volatil | — antiseptic |
| | — anetol | — carminativ |
| | — estrogel | — sedativ |
| | — fencone | — crește diureza |
| | — lipide | — galactogog |
| | — aleuronă | |
| | — zaharuri | |
| | — mucilagii | |
| | — subst. amare | |

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|--------------------------------------|------------------|
| <i>Intern</i> | — diuretic | — edeme renale |
| | — puternic depurativ | — acnee |
| | — adjuvant în tratamentul diabetului | — diabet zaharat |
| | — antiseptic renal | — cistite |

Extern — se utilizează împreună cu alte plante. Vezi băi. — reumatism

d e c o c t — 3 linguri de tecl mărunțite la 750 ml apă rece; se fierb 20 minute; se bea în 3 reprize în decursul unei zile. În diabet cealul se bea nefindulcit.

- | | | |
|---------------|-------------------------------------|-----------------------|
| <i>Intern</i> | — galactogog | — balonări abdominale |
| | — sedativ ușor | — tuse convulsivă |
| | — carminativ | — astm bronșic |
| | — diuretic | — bronșite |
| | — antispastic al tractului digestiv | |
| | — antispastic bronșic | |
| | — expectorant | |

<i>Extern</i>	— antiinflamator laringo-faringo-amigdalian	— laringite
	— antiseptic	— faringite
		— amigdalite
		— infecții oculare

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: depășirea dozei provoacă fenomene severe

23. **FRAGUL** — *Fragaria vesca* L. Familia *Rosaceae*.

- frunze — tanin — astringent
- fragarină — dezinfectant
- fenol
- vitamina C
- subst. minerale

Modul de preparare și administrare:

24. **FRASINUL** — *Fraxinus excelsior* L. Familia *Oleaceae*.

- frunze — manitol — diureză
- diaforeză
- laxativ
- inozitol
- cvercitol
- acid malic
- gume
- ulei volatil

4	5
---	---

infuzie — pentru copiii sugari, 5—6 fructe zdrobite la 200 ml apă clocotită; se bea în 3 reprize, după mesele principale.

— pentru adulți, o jumătate linguriță de fructe zdrobite la 200 ml apă clocotită; se bea în 3 reprize, după mesele principale.

infuzie — doza se dublează la aceeași cantitate de apă; se utilizează în gargarisme, sau aplicații locale sub formă de comprese.

gastrointestinale și nervoase.

- Intern**
- elimină acidul uric — enterite acute
 - antidiareic — diaree
 - adjuvant în tratamentul diabetului zaharat
 - bactericid — gută

infuzie — 2 lingurițe de frunze mărunțite la 200 ml apă clocotită; se beau 2 cealuri pe zi.

- Intern**
- sudorific — colecistite
 - colagog — angiocolite
 - coleretic — ulcer gastric și duodenal
 - cicatrizant — dismenoree
 - antiinflamator intestinal — metroragii
 - laxativ — enterocolite

1	2	3
---	---	---

— acid ursonic
— glucozide
— cumarinice

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

25 **GĂLBENEL** — *Calendula officinalis* L. Familia
Compositas.

— flori — ulei volatil — crește secreția
sudorală
— cicatrizant
— sedativ
— colagog
— principii amare
— calendulină
— caroten
— mucilagii — emolient
— gume
— rezine

4	5
---	---

Extern — cicatrizant — plăgi greu vindeca-
— antiinflamator bile
hemoroidal — hemoroidai
— arsuri
— eczeme
— ecnee
— leucoree

Infuzie — 2 lingurițe flori la 300 ml apă clocotită; se
bea fracționat în timpul unei zile, după mesele
principale.

Infuzie — spălături vaginale, 10 g flori la 100 ml apă
clocotită, se lasă 30 minute; se strecoară și se
fac spălăturile.

Intern — sudorific — diachinezii biliare
— colagog — ulcer gastric și
— coleretic duodenal
— cicatrizant — dismenoree
— antiinflamator gastroin- — enterocolite
testinal

Extern — cicatrizant — plăgi greu vindeca-
— antiinflamator hemoroidal bile

1	2	3
---	---	---

- acid malic
- vitamina C
- saponine

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

26. GHINȚURĂ — *Gentiana lutea* L., *Gentiana punctata* L.,
Gentiana asclepiadea L.; Familia
Gentianaceae.

— rădăcină

- | | |
|--------------------|---------------------|
| — heterozide amare | — excită secrețiile |
| — gentiopicroina | gastrice |
| — amarogentina | — mărește secreția |
| — subst. colorante | biliară |
| — gentisima | |
| — holozide | |
| — tanin | |
| — gentianina | — antihelmintic |

4	5
---	---

- | | |
|-------------------------|--------------------------------|
| — stimulează circulația | — hemoroizi |
| sîngelui la nivelul te- | — degerături |
| suturilor | — arsuri |
| | — tenuri uscate |
| | — eczeme |
| | — acnee |
| | — metroragii |
| | — leucoree |
| | — <i>Trichomonas vaginalis</i> |

Infuzie — 2 lingurițe de flori la 300 ml apă clocotită;
se bea fracționat în timpul unei zile, înaintea
meselor principale.

Infuzie — spălături vaginale: 10 g flori la 100 ml apă
clocotită; se lasă 30 minute; se strecoară și se
fac spălăturile.

Intern

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| — stomahic | — anorexie |
| — tonic amar | — convalescență |
| — antitermic | — viermi intestinali |
| — colagog | — dischinezii biliare |
| — antihelmintic | |

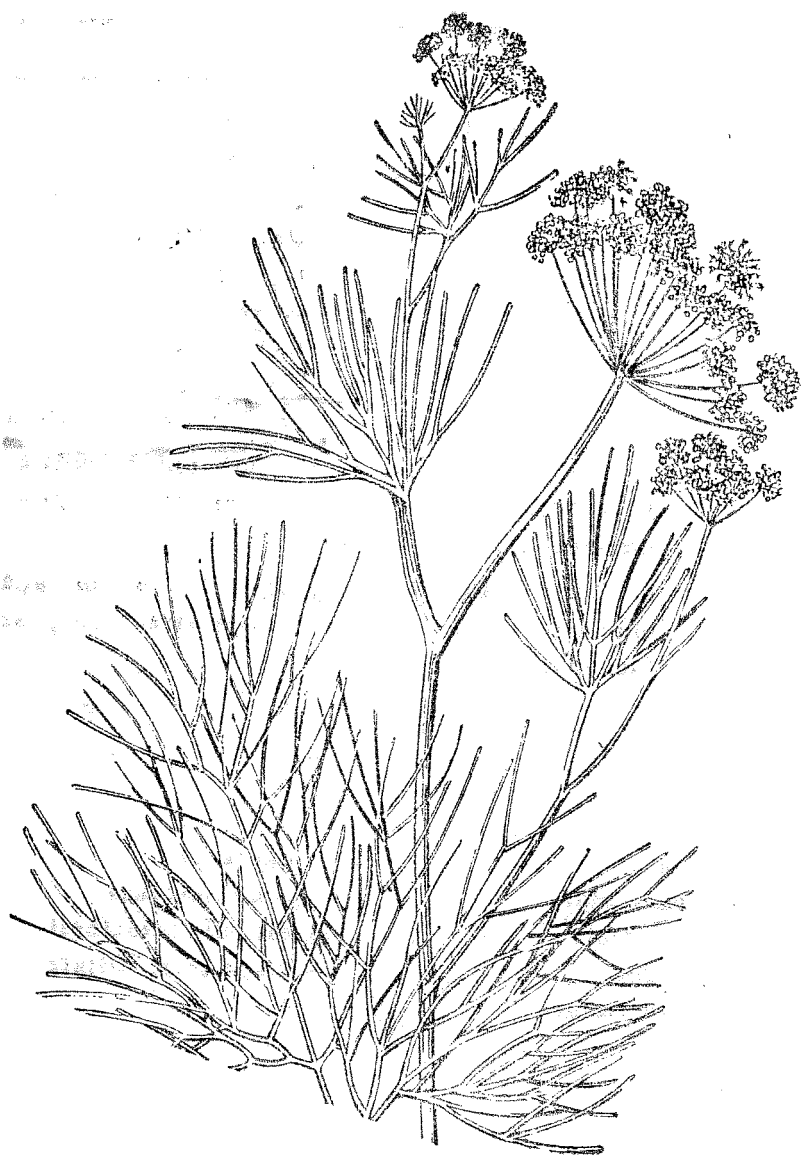


Fig. 9 — Foeniculum

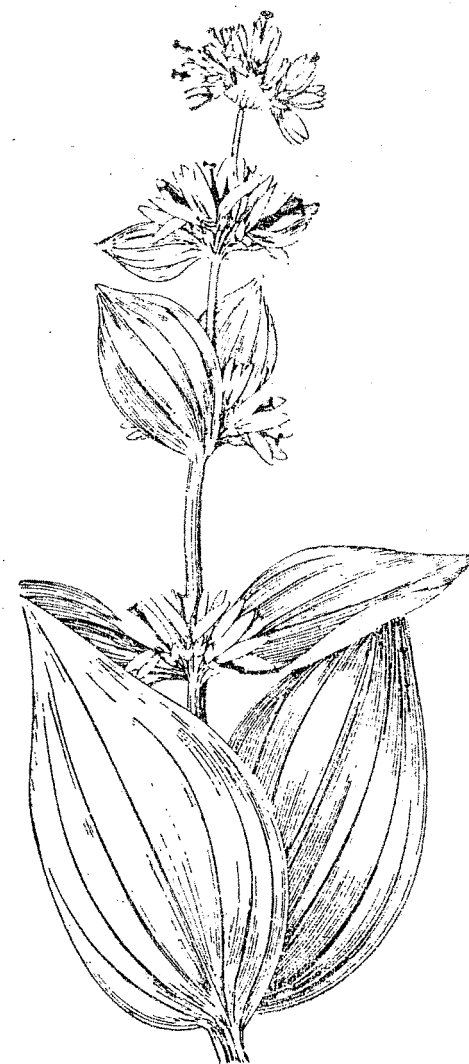


Fig. 10 — Ghentura

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare:

- 27. HAMEIUL** — *Humulus lupulus* L. Familia *Moraceae*.
- *conuri* — ulei volatil — diminuează excitabilitatea sistemului nervos, avînd efecte neurosedative și antispastice
 - sesquiterpene
 - ester valerianic
 - rezine
 - principii amare — stimulează secreția gastrică
 - lupulona
 - humulona
 - subst. minerale
 - tanin
 - derivați flavonici
 - subst. estrogenice

4	5
---	---

d e c o c t — o linguriță de plantă mărunțită la 500 ml apă rece; se fierbe 15 minute; se bea fracționat în trei reprize, înaintea meselor principale.

— antihelmintic: cantitatea de plantă va fi de o linguriță și jumătate; se bea pe nemîncate în două etape, la interval de o oră.

m a c e r a t — tinctură: 20 g rădăcină la 100 g alcool de 70° timp de 8 zile. Se iau 10—15 picături în apă, înaintea meselor. Mărește pofta de mîncare. Se dă în special la copii.

- Intern**
- sedativ nervos
 - bacteriostatic
 - antituberculos
 - insomnie
 - tuberculoză
 - anorexie
 - nevroze cu anxietate

Extern — antiseptic

- Trichomonas vaginalis
- acnee
- seboree

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

28. IARBA MARE — *Inula helanum* L. Familia Compositae.
— rădăcină

- | | |
|------------------|-------------------------|
| — inulină | — expectorant |
| — principiu amar | — excită vezica biliară |
| — ulei volatil | — antibiotic |
| — alantolactona | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

29. IENUPĂRUL — *Juniperus communis* L. Familia Cupressaceae.

- | | | |
|----------|----------------|------------|
| — fructe | — ulei volatil | |
| | — iunen | — diuretic |
| | — cadinene | |

4	5
---	---

infuzie — calmant nervos: o lingură și jumătate de conuri la 200 ml apă clocotită; se bea fracționat în 3 reprize în decursul unei zile.

— somnifer; o lingură de conuri la 200 ml apă clocotită; se bea seara la culcare.

infuzie — acnee, seboree; 4 g% în comprese.

— spălături vaginale; 8 g%.

- | | |
|-----------------------|------------------------------------|
| Intern — colagog | — dischinezii biliare cu hipotonie |
| — antibiotic | — bronșite |
| — expectorant | — gută |
| — antispastic bronșic | — oxiurază |
| — diuretic | |
| — antihelmintic | |
| — sedativ ușor | |

decoct — 20 g plantă la 200 ml apă rece; se fierbe 15—20 minute, se iau 3—4 linguri pe zi.

decoct — se prepară ca mai sus și se utilizează în comprese.

- | | |
|-------------------|----------------|
| Intern — diuretic | — edeme renale |
| — carminativ | — gută |
| — analgetic | — reumatism |

1	2	3
	— pinen	— bronhodilatator
	— zaharuri	
	— glucoză	
	— zaharoză	
	— rezine	
	— subst. amare	
	— ienuperina	
	— acizi organici	
	fumaric, acetic,	
	oxalic	
	— săruri de potasiu	
	și calciu	

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se supradozează, iritând căile renale

30. **INUL** — *Linum usitatissimum* L. Familia *Linaceae*.

— semințe	— mucilagii	— emolient
— acid galacturo-	— purgativ mecanic	
nic		
— grăsimi		
— protide		
— heterozide		

4	5
— antispastic bronșic	— edeme cirotice
	— balonări abdominale
	— bronșite acute și cronice
	— dispepsii de fermenta- ție
	— anorexie

Extern — analgetic

— reumatism

— lumbago

— nevralgii diverse

Infuzie — 2 lingurițe fructe la 200 ml apă clocotită; se
iau 3—4 linguri pe zi.

— frecție; din 10 g ulei de ienupăr (de la farma-
cie) în 100 ml alcool; frecția se face seara la
culcare.

și producând hematurie.

Intern — laxativ

— constipații

— emolient în inflamațiile
tubului digestiv

Extern — antiseptic

— cistite

— calmant

— abcese

— furuncule

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

31. ISOPUL — *Hyssopus officinalis* L. Familia Labiatae.
— toată planta

- | | |
|------------------------|---|
| — ulei volatil | — antiseptic bronșic |
| | — antiseptic pulmonar |
| — heterozidă | — scade fragilitatea și permeabilitatea capilarelor |
| | — vasodilatator arterial |
| — subst. amare | — stimulează pofta de mâncare |
| — compuși sterolici | |
| — compuși triterpenici | |
| — gume | |

— laxativ: o lingură de semințe întregi se la cu apă, seara la culcare.

macerare — inflamații intestinale: o lingură de semințe întregi la 100 ml apă la temperatura camerei, timp de 60 minute; se bea odată întreaga cantitate, oricând în timpul zilei.

decoct — cistite: 4 linguri la 500 ml apă rece; se fierbe 15 minute; se fac spălături.

— pentru cataplasme: se fierbe făină de in și mușetel sitat, în părți egale, până devine o pastă; se aplică pe piele, la locul dureros, caldă, menținându-se până se răcește.

Intern

- | | |
|--------------------------------|---------------------------|
| — factor hipotrop | — afecțiuni hepatice |
| — expectorant | — bronșite |
| — hipotensiv | — astm bronșic |
| — vasodilatator arterial | — anorexie |
| — stomahic | — hipertensiune arterială |
| — reglează funcțiile digestive | |
| — sudorific | |
| — bronhodilatator | |

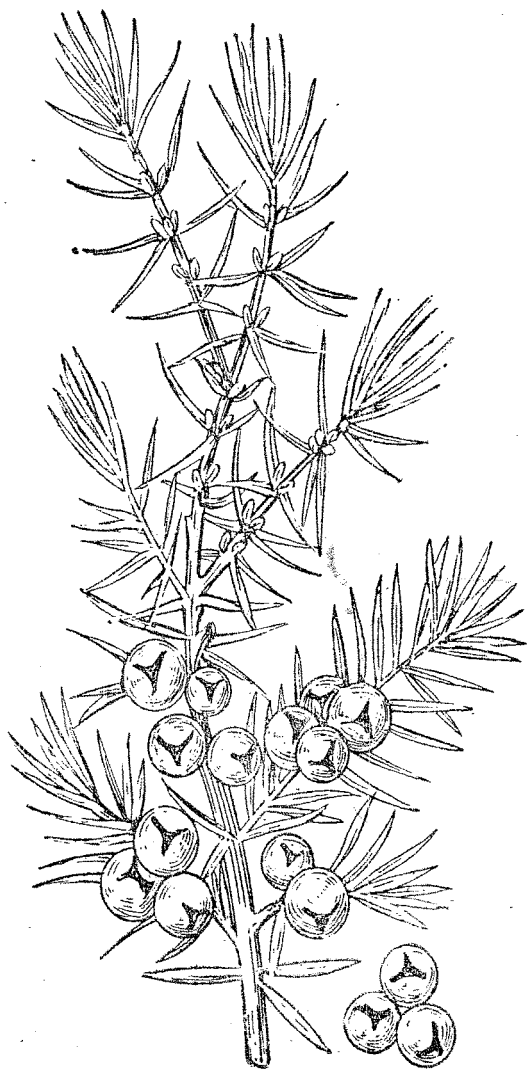


Fig. 11 — Ienupărul



Fig. 12 — Isopul

1	2	3
---	---	---

- | | |
|----------|---|
| — colină | — factor lipotrop,
împiedică infil-
trarea grasă a
ficatului |
|----------|---|

Modul de preparare și administrare:

32. **IZMA** — *Mentha piperita* L. Familia *Labiatae*.

- | | | |
|--------------------------------------|----------------|---------------------------------|
| — frunze | — ulei volatil | — bacteriostatic |
| | | — calmează spasmele
biliare |
| | | — expectorant |
| — mentol liber | | |
| — mentonă | | — calmant în colici
hepatice |
| — acetat și valeria-
nat de metil | | |
| — tanin | | — astringent |
| — principiu amar | | |
| — subst. minerale | | |
| — hipericină | | |
| — acid piruvic | | |
| — subst. antibiotice | | |

Modul de preparare și administrare: Intern

4	5
---	---

Infuzie — 2—3 g%; se beau trei cealuri pe zi.

- | | | |
|---------------|--------------------------------------|--|
| <i>Intern</i> | — antiseptic gastrointesti-
nal | — infecții gastrointesti-
nale |
| | — carminativ | — balonări abdominale |
| | — colagog | — diaree |
| | — antidiaree | — vomă |
| | — fortifică sistemul nervos | — grețuri |
| | — anestezic al mucoasei
stomacale | — nervozitate |
| | — antiemetic | — diachinezii biliare cu
hipertonie |
| | — antispastic | |
| | — sudorific | |
| | — diuretic | |

- | | | |
|---------------|-------------|-------------|
| <i>Extern</i> | — sedativ | — reumatism |
| | — analgetic | — urticare |

Infuzie — o linguriță frunze la 200 ml apă clocotită; se beau 3 cealuri pe zi, reci.

1	2	3
---	---	---

Extern
(băi)

Contraindicații: ulcer gastroduodenal.

33. LEMNUL DULCE — *Glycyrrhiza glabra* L. Familia
Leguminosae.

— rădăcină

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| — glicirizină | — fluidifiant al |
| — nucină | secrețiilor bron- |
| — acid glabric | șice |
| — licviritină | — expectorant |
| — izolicviritină | — reduce inflama- |
| — hormon estrogen | țiile gastrice |
| — zaharuri | — protector al mu- |
| — manitol | coasei gastrice |
| — vitamine din grupa B | — inflamații articulare |

Modu de preparare și administrare:

Contraindicații: nu se utilizează la bolnavii

34. LEVÂNȚICA — *Lavandula angustifolia* Mill. Familia
Labiatae.

- | | | |
|---------|----------------|---------------------|
| — flori | — ulei volatil | — calmant al siste- |
| | — linalol | mului nervos cen- |
| | — geraniol | tral |

4	5
---	---

infuzie — se utilizează sub formă de băi; 200 g frunze uscate la 3 l apă clocotită; se lasă vasul acoperit 15—20 minute; se strecoară și lichidul rezultat se amestecă cu apa din cadă; se stă 15—20 minute. Temperatura apei din cadă 37°C.

- | | |
|--|-------------------------------|
| <i>Intern</i> — antiinflamator articular | — artrite |
| — diuretic | — dismenoree |
| — laxativ sau purgativ | — ulcer gastric |
| în funcție de doză | — traheită |
| — fluidifiant al secrețiilor | — faringită |
| traheobronșice | — bronșită |
| — expectorant | — constipație |
| — acțiune estrogenă | — calculoză renală și biliară |

infuzie — o linguriță rădăcină la 200 ml apă clocotită, se beau 3 cealuri pe zi; se folosește și la îndulcirea alimentelor neproducând fermentație.

hipertensivi.

- | | |
|---------------------------------------|-----------|
| <i>Intern</i> — calmant al sistemului | — migrene |
| nervos central | — cefalee |

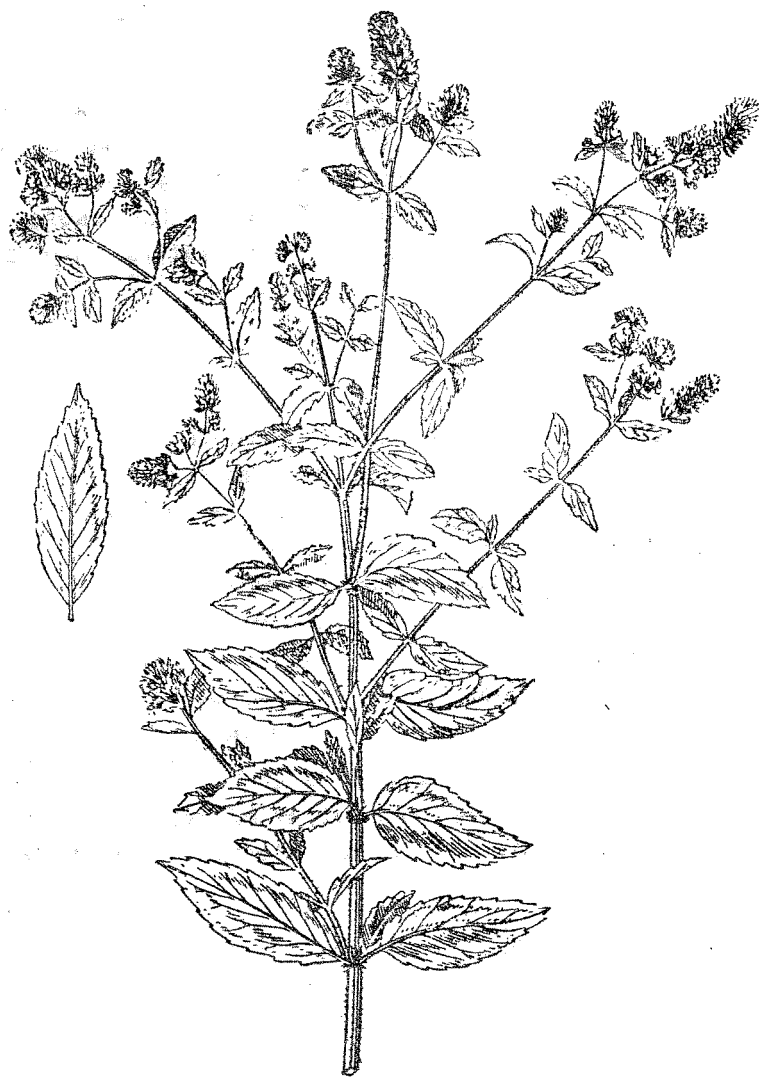


Fig. 13 — Isma

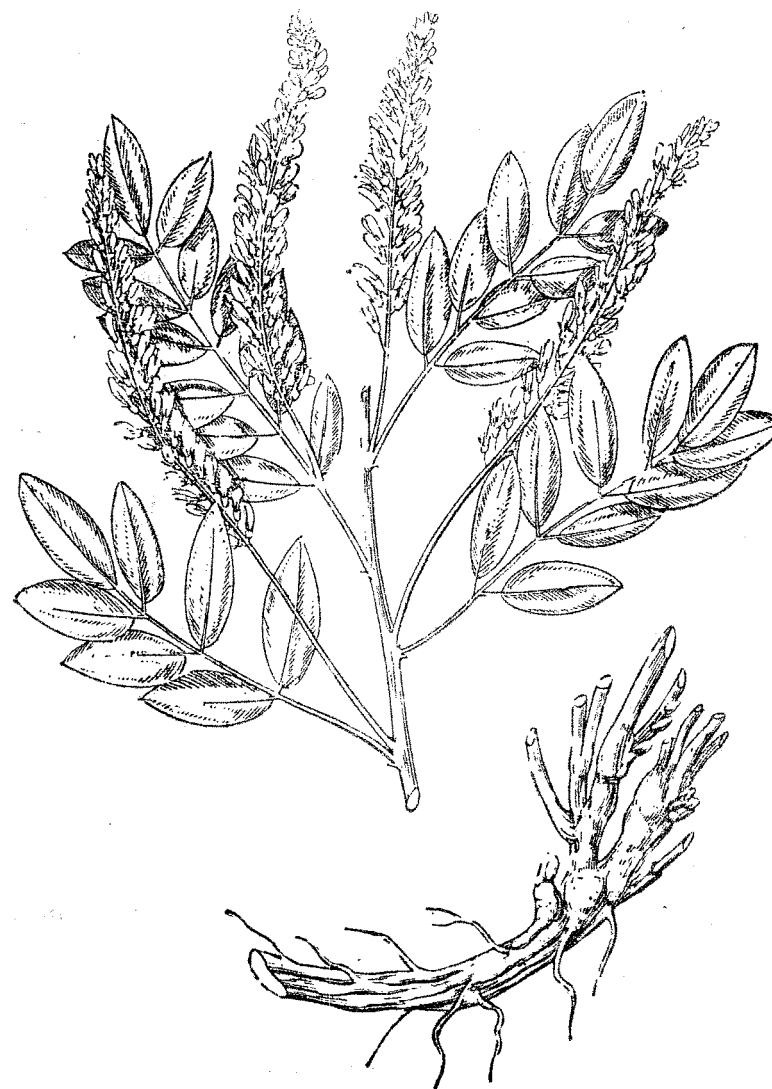


Fig. 14 — Lemnul dulce

1	2	3
---	---	---

- antiseptic
- antispasmodic
- carminativ
- acetat de linalil
- cineol
- cumarină
- subst. amare
- stimulent nervos
- carminativ

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern
(băi)

35. LUMINĂRICĂ — *Verbascum phlomoides* L. — *Verbascum thapsiforme* Sch. Familia *Scrophulariaceae*.

- flori
- mucilagii
- zaharuri
- tanin
- rezine
- ulei volatil
- saponină
- carotenoizi
- aucubozidă
- emolient
- expectorant
- emolient bronșic
- expectorant

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

- diuretic
- colagog
- dezinfectant
- carminativ
- afecțiuni cardiace cu substrat nervos
- tulburări digestive
- balonări abdominale

Extern — analgetic
— calmant

— reumatism
— stări de anxietate

Infuzie — 1—2 lingurițe la 250 ml apă clocotită; se beau două ceaiuri pe zi.

Infuzie — băile se fac împreună cu alte plante; vezi rețeta băi pentru reumatism.

Intern — emolient bronșic
— expectorant
— sudorific

— inflamații acute bronșice
— laringite acute

Infuzie — o linguriță flori la 200 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi, de preferință călduțe.

1	2	3
36. MACUL DE CÎMP — <i>Papaver rhoeas</i> L. Familia <i>Papaveraceae</i> .		

- | | | |
|---------------------|-------------|--------------------|
| — flori
(petale) | — mucilagii | — emolient bronșic |
| | | — antitusiv |
| | — alcaloizi | |
| | — rhoeadin | |
| | — reagenin | |

Modul de preparare și administrare:

Atențiune: se interzice folosirea capsulelor de mac, riat de morfină. Pot apare intoxicații grave, stări de

37. MĂCEȘUL — *Rosa canina* L. Familia *Rosaceae*.

- | | | |
|----------|-------------------------------|---------------------|
| — fructe | — vitamina C | — scade permeabili- |
| | — beta caroten | tatea și fragili- |
| | — vitamina P | tatea vaselor ca- |
| | — vitaminele B ₁ | pilare |
| | și B ₂ | — crește diureza |
| | — zahăr invertit | — antihelmintic |
| | — tanin | |
| | — acid citric și malic | |
| | — pectine | |
| | — ulei gras volatil | |
| | — lecitine | |
| | — β tocoferol (vit. E.) | |

4	5
---	---

- | | |
|-------------------|-------------------|
| Intern — emolient | — bronșite acute |
| — antispastic | — gripă |
| | — laringite acute |

infuzie — o linguriță la 250 ml apă clocotită; se bea
călduț, fracționat în timpul unei zile.

din specia *Papaver somniferum*, din cauza conținutului va-
precomă și chiar moartea.

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| Intern — colagog | — avitaminoze |
| — coleretic | — enterocolite |
| — tonic vitaminizant | — calculoză renală |
| — vasodilatator arterial | — turburări de circula- |
| — diuretic | ție periferică |
| — împiedică formarea | |
| calculilor renali | |
| — inflamații intestinale | |

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare:

38. MAGHIRANUL — *Majorana hortensis* Moench. Familia *Labiatae*.

— toată planta

- | | |
|---------------------|---------------------|
| — ulei volatil | — stimulează diges- |
| — vitaminele A și C | tia |
| | — elimină gazele |
| | — calmează colicile |
| | stomacale |
| | — calmant al siste- |
| | mului nervos |
| | — crește diureza |

Modul de preparare și administrare:

39. MERIȘORUL — *Vaccinium vitis-idaea* L. Familia *Ericaceae*.

- | | | |
|----------|----------------|----------------------|
| — frunze | — arbutozid | — crește diureza |
| | — hidrochinonă | — dezinfectant renal |
| | — flavone | — antiinflamator |

4	5
---	---

d e c o c t — 2 linguri de fructe zdrobite la 500 ml apă; se fierb 10 minute. Fructele se introduc atunci când clocotește apa, pentru a se diminua pierderea de vitamină C.

antihelmintic: fructele, curățate de simburi și peri sunt măcinate și amestecate cu miere. Se recomandă în eliminarea viermilor intestinali.

- | | | |
|---------------|---------------------------|-----------------------|
| Intern | — stimulent al acidității | — anorexie |
| | — carminativ | — balonări abdominale |
| | — antispastic gastric | — colici gastrice |
| | — diuretic | — insomnie |
| | — sedativ | — gastrite hipoacide |

i n f u z i e — o linguriță plantă la 200 ml apă clocotită se beau 2—3 cealuri pe zi.

- | | | |
|---------------|----------------------|-------------|
| Intern | — antidiareic | — gută |
| | — diuretic | — reumatism |
| | — dezinfectant renal | — cistite |

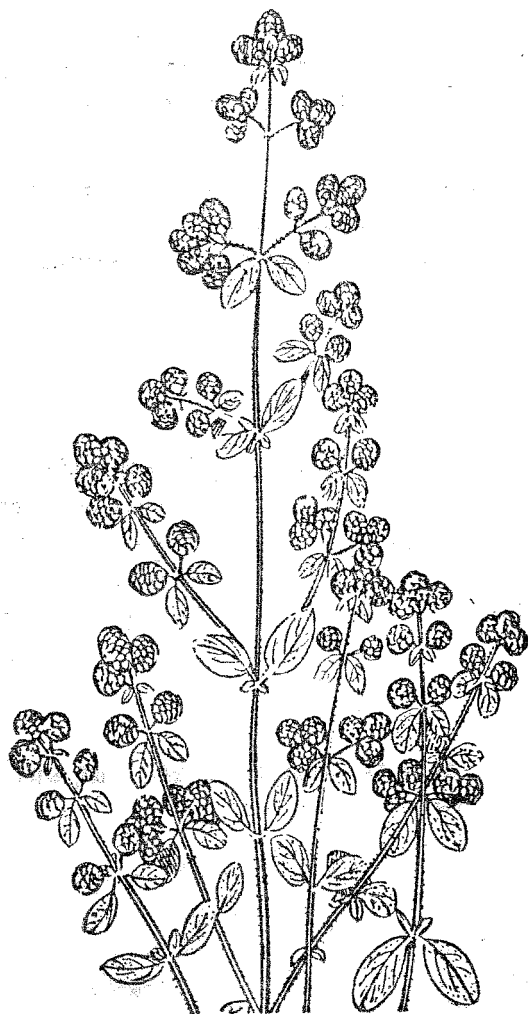


Fig 15 — Maghiranul



Fig. 16 — Mesteacănul

1	2	3
---	---	---

- | | |
|-------------------|--------------|
| — tanin | renal |
| — vitamina C | — astringent |
| — ericolină | |
| — săruri minerale | |

Modul de preparare și administrare:

Contraindicații: nu se administrează în

40. **MESTEACĂNUL** — *Betula verrucosa* Ehrh. Familia *Betulaceae*.

- | | | |
|----------|-------------------------------------|------------------------------------|
| — frunze | — saponine | — scade tensiunea arterială |
| | — tanin de natură pirocatehinică | |
| | — metilpentazone | |
| | — flavone ca glicol dimetilapigenol | — crește permeabilitatea vasculară |
| | | — scade tensiunea arterială |
| | — betulozida | — crește diureza |
| | | — sudorație |
| | — mucilagii | |
| | — zaharoză | |
| | — ulei volatil | |
| | — rezine | |

4	5
---	---

- | | |
|---|-----------|
| — antiinflamator al vezicii urinare (în afecțiuni renale se adaugă puțin bicarbonat de sodiu) | — pielite |
| | — diaree |

macerate — 2 lingurițe de frunze în 100 ml apă rece; se lasă în repaus 15 minute; se strecoară. Peste frunzele rămase se adaugă 100 ml apă clocotită; se fierbe 15 minute. După 10 minute se strecoară și se amestecă ambele lichide; se bea fracționat.

timpul sarcinii.

- Intern*
- | | |
|----------------------------|---------------------------------------|
| — calculolitic | — edeme de natură cardiacă sau renală |
| — diuretic puternic | — reumatism articular |
| — detoxifiant (depurativ) | — hipertensiune arterială |
| — sudorific | — nefrite cronice |
| — antiinflamator articular | — hipercolesterolemie |
| — elimină apa din țesuturi | — gută |
| — elimină colesterolul | — edeme renale |
| — hipotensiv ușor | |
| — antigutos | |

1	2	3
---	---	---

- ester metilic al
acidului betuloretinic
- betulina

Modul de preparare și administrare:

41. MURUL — *Rubus fruticosus* L. Familia *Rosaceae*.

- frunze — tanin — astringent
- flavone
- acizi organici
- vitamina C

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

42. MUȘCHIUL DE PIATRĂ — *Cetraria islandica* L. Ach.
Familia *Parmeliaceae*.

- toată planta
- zaharuri

4	5
---	---

Infuzie — 4—6 lingurițe la 200 ml apă clocotită; după strecurare, se adaugă un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu pentru a se anula efectul acidului betuloretinic, care frînează diureza; se bea la intervale de 3—4 ore.

Intern — antidiareic
— antiseptic

- diaree
- colite
- gastroenterite
- gingivite
- leucoree
- fistule anale
- gingivite

Extern — antiseptic

Infuzie — 2 lingurițe de frunze la 200 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi.

Infuzie — pentru uz extern, cantitatea de plantă se dublează. Se folosește sub formă de: clisme, băi, comprese, sau gargară (în gingivite).

Intern — stimulează secreția
pancreatică
— antibiotic

- insuficiență pancreatică
- bronșite



Fig. 17 — Muşchiul de piatră



Fig. 18 — Muştarul alb

1	2	3
— lichenina		
— izolichenina		
— principiu amar		
— acid cetraric		
— mucilagii	— emolient și calmant al aparatului res- pirator și digestiv	
— acid uralinic	— puternic antibiologic	

Modul de preparare și administrare:

43. MUȘTELUL — *Matricaria chamomilla* L. Familia
Compositae.

— flori	— ulei volatil	— antispastic
— azulen	— anestezic	— anestezic
— camazulen	— dezinfectant	— dezinfectant
— matricina	— antiinflamator	— antiinflamator
— epigenină	— antiseptic	— antiseptic
— trioxiflavonă	— bacteriostatic	— bacteriostatic
— umbeliferonă		
— acizii salicilic și etilic		
— rezine		
— fitosterine		

4	5
— colagog	— laringite
— stomahic	— traheite
— antispastic pulmonar	— stări de vomă la gravide
— fluidifică secrețiile bronșice	— anorexie

Infuzie — o linguriță de plantă la 250 ml apă clocotită;
se fierbe 5 minute; se adaugă puțin (un vîrf
de cuțit) bicarbonat de sodiu; se beau 3 ceaiuri
pe zi, maximum. Se bea rece.

Intern	— antiinflamator	— gastrite
	— sedativ	— enterocolite
	— carminativ	— dismenoree
	— antispastic gastric și intestinal	— colici intestinale
	— cicatrizant	— diaree
	— sudorific	— infecții renale
	— antidiareic	
	— puternic antiseptic și bactericid	

1	2	3
---	---	---

— acid clorogenic

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

44. MUȘTARUL ALB — *Sinapis alba* L. Familia *Cruciferae*.

— semințe	— mucilagii	— în soluție apoasă
	— sinalbina	ia naștere o sub-
	— mirozina	stanță care irită
		mucoasa intestinală

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

<i>Extern</i> — antiseptic	— răni infectate
— tonic capilar	— arsuri
— emolient	— eczeme
— antiseptic și descongestiv anorectal	— tenuri iritate și congestionate
	— abcese dentare
	— leucoree
	— conjunctivite
	— inflamații vaginale
	— prurit vulvar
	— dermatoze inflamatorii
	— inflamații hemoroidale
	— fistule anale
	— vaginită atrofică

infuzie — o linguriță de flori la 200 ml apă clocotită; se beau 2—3 ceaiuri pe zi

infuzie — în acest caz, cantitatea de flori se dublează. Se folosește sub formă de: comprese, băi, spălături vaginale, clisme, gargară etc.

<i>Intern</i> — laxativ mecanic	— constipații
---------------------------------	---------------

— se înghit semințele întregi cu apă; se începe cu o lingură pe zi; doza se mărește în funcție de necesități; se ia de obicei seara la culcare.

1	2	3
---	---	---

45. MUȘTARUL NEGRU — *Brassica nigra* (L) Koch.;
Familia *Cruciferae*.

- semințe — ulei gras — revulsiv
- sinigrină
- mirozina

Modul de preparare și administrare:

46. NALBA MARE — *Althaea officinalis* L. Familia
Malvaceae.

- rădăcină
- mucilagii
- acizi uronici
- amidon
- zaharuri
- asparagină
- pectine
- betaină
- tanin
- subst. rezinoase
- secretolitică pulmonară
- emolient, expectorant
- antiinflamator al aparatului respirator, renal și gastrointestinal

4	5
---	---

- Extern* — descongestiv pulmonar (cataplasme revulsive) — băi
- inflamații de articulații
 - reumatism
 - gripe
 - bronșite
 - pneumonii
 - răceală

— se utilizează numai extern sub formă de cataplasme. Din 100 g făină de muștar, prin amestecare cu apă caldă 30°C, se formează o pastă care se aplică pe locul dureros. Apa să nu fie fierbinte deoarece se distruge mirozina care, cu apa, dă esența de muștar; pasta se aplică și se păstrează 15 minute, după care se scoate și se poate aplica pe alt loc dureros. Pentru cei ce nu suportă acțiunea puternic revulsivă a muștarului, precum și pentru copii, cataplasmele se prepară din 50 g făină de muștar în amestec cu 100 g făină de in.

- Intern* — emolient — expectorant
- bronșite acute
 - laringite acute
 - infecții renale
- Extern* — emolient — antiinflamator
- laringite
 - traheite
 - spălături vaginale
 - ten uscat

1	2	3
---	---	---

— flori și frunze

- mucilagii
- tanin
- flavonoide

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Extern

Extern
(în cosmetică)

Atențiune: Când se recoltează, rădăcina de nalbă Rădăcinile sînt mai întîi decorticate (curățate de coajă usucă la temperatura de maximum 40°C.

4	5
---	---

Extern — emolient (cataplasme) — furunculoză
— calmant (cataplasme)

macerare — o lingură de rădăcină în 250 ml apă, la temperatura camerei, timp de 30 minute; după strecurare se adaugă puțin bicarbonat de sodiu, pentru a nu se produce iritații stomacale. Cantitatea se bea fracționată, în 3—4 reprize, în decursul unei zile.

infuzie — 2 linguri de frunze în 250 ml apă clocotită se utilizează sub formă de cataplasme, în furunculoză.

decoct — 20 g rădăcină la 200 ml apă rece; se fierbe timp de 10 minute; se utilizează sub formă de gargară, în afecțiuni ale gîtului (laringite, traheite) și în spălături vaginale.

decoct — 30 g rădăcină mărunțită la 500 ml apă rece; se fierbe 10 minute; se strecoară și se adaugă 2 lingurițe de miere; se utilizează sub formă de comprese pentru ten uscat și riduri.

nu se spală, deoarece apa dizolvă cu ușurință mucilagiile pînă la stratul alb), apoi tăiate în bucățele mici și apoi se

1	2	3
---	---	---

47. **NUCUL** — *Juglans regia* L. Familia *Juglandaceae*.

- | | | |
|----------------------|----------------|--------------------------------|
| — frunze | — ulei volatil | — antiinflamator |
| | | — dezinfectant urinar |
| | | — hipoglicemiant |
| | | — astringent |
| — tanin complex | | |
| — acid galic | | |
| — acid elagic | | |
| — hidrojuglona | | — antidiareic |
| | | — antiseptic gastro-intestinal |
| — vitamina C | | |
| — flavone | | |
| — subst. minerale | | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

- | | | |
|----------------|---|----------------------------|
| Intern | — dezinfectant renal | — enterite acute |
| | — antiseptic | — leucoree |
| | — antidiareic | — diabet zaharat |
| | — antidiabetic | — diaree |
| | | — infecții renale |
| | | — edeme renale |
| Extern | — antiseptic | — ulceratii |
| | | — eczeme zemuinde (băi) |
| | | — furunculoză (băi) |
| | | — afecțiuni oculare |
| | | — tenuri grase (seбореice) |
| infuzie | — o linguriță frunze la 200 ml apă clocotită; se beau 2 cealuri pe zi. | |
| | — mai concentrat: 20 g frunze la 200 ml apă clocotită; se iau 3—4 linguri pe zi. | |
| infuzie | — 15 g frunze la 200 ml apă clocotită; se utilizează în afecțiuni ale gâtului și stomatite, sub formă de gargară, comprese în boli de ochi. | |
| decoct | — pentru băi: se fierb 100 g frunze, în 3—4 litri de apă, timp de 15 minute. Lichidul rezultat se amestecă cu apa din cadă care trebuie să aibă o temperatură de 37°C. Se stă în baie 15—20 minute. | |

1	2	3
---	---	---

48. **OBLIGEANA** — *Acorus calamus* L. Familia *Araceae*.

- | | | |
|----------|----------------------|-----------------------|
| — rizomi | — ulei volatil | — sedativ |
| | — azaronă | — stomahic |
| | — aldehydă azarilică | — antispastic gastro- |
| | — eugenol | intestinal |
| | — coneol | |
| | — hidrocarburi | |
| | — alcoolii triterpe- | |
| | nici | |
| | — principiu amar | |
| | acorina | |
| | — rezină | |
| | — acorelină | |
| | — tanin | — astringent |
| | — dextrină | |
| | — colină | |
| | — vitamina C | |
| | — amidon | |

Modul de preparare și administrare:

49. **ODOLEANUL** — *Valeriana officinalis* L. Familia *Valerianaceae*.

- | | |
|----------------------|----------------|
| — rizomi și rădăcini | |
| — ulei volatil | — neurosedativ |
| — valerianat de | |
| bornil | |
| — formiat de bornil | |

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|-------------------------|------------------------|
| <i>Intern</i> | — aromatizant | — anorexie |
| | — stimulează secrețiile | — colici abdominale |
| | gastrointestinale | — balonări abdominale |
| | — calmant | — turburări neurovege- |
| | — antispastic | tative cu anxietate |
| | — analgetic | |
| | — carminativ | |

infuzie — 15 g rizomi la 200 ml apă clocotită; se iau
3—4 linguri pe zi.

- | | | |
|---------------|-------------------------|--------------------|
| <i>Intern</i> | — sedativ | — insomnii |
| | — diminuează secrețiile | — nevroză cardiacă |
| | gastrice | — palpitații |
| | — antispastic | — vomă |

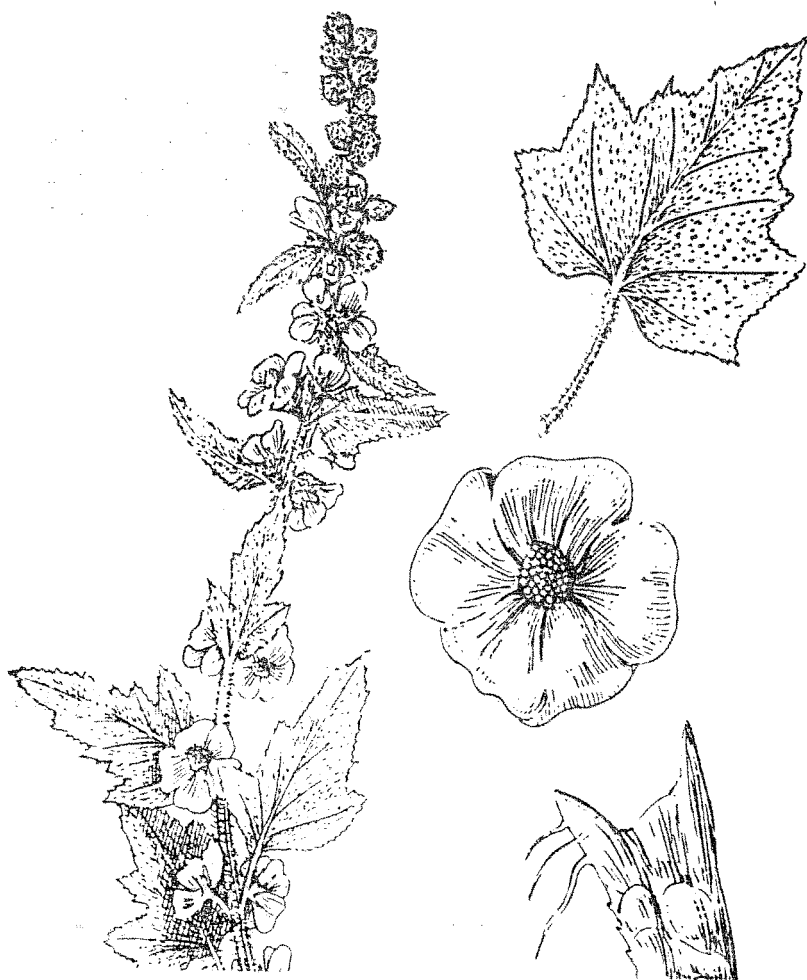


Fig. 19 — Nalba mare

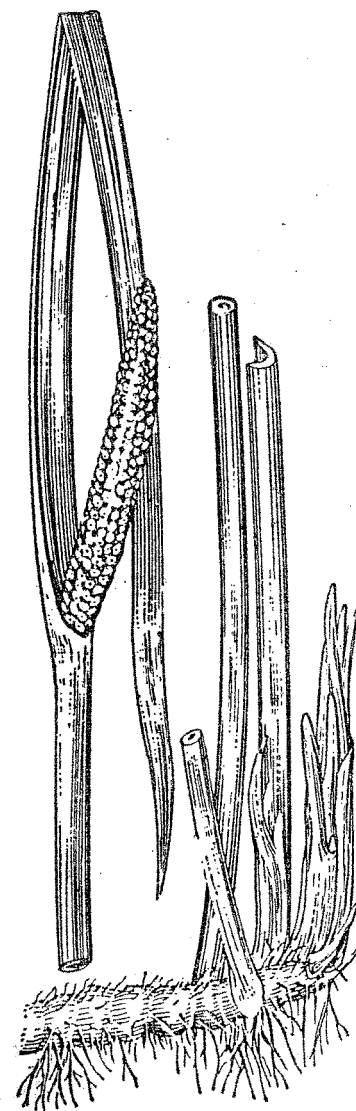


Fig. 20 — Obligeana

1	2	3
---	---	---

- acizi izovalerianici
- acetat de bornil
- borneol
- alcaloizi
 - colinina
 - valeriana
- butirat de bornil
- valerianat de metil — idem
- rezine
- acid formic
- acid acetic
- tanin
- glucozide

Modul de preparare și administrare:

I n f u z i e

50. OSUL IEPURELUI — *Ononis spinosa* L. Familia
Leguminosae

— rădăcină

- glucozide
- onopsina
- crește diureza
- antiseptic urinar

4	5
---	---

— antiemetic

somnifer: o linguriță la 200 ml apă clocotită; se bea toată cantitatea înainte de culcare; doza se va stabili în funcție de individ.

sedativ: aceeași rețetă ca mai sus; ceaiul se va bea fracționat în trei reprize în decursul unei zile; și în acest caz, doza se va stabili în funcție de individ.

t i n c t u r ă — 20 g rădăcină la 100 ml alcool de 70°; se lasă la macerat 8 zile; se iau 15—20 picături de două, trei ori pe zi.

Intern — diuretic — cistite
— adjuvant în afecțiuni renale — calculoză renală

1	2	3
---	---	---

- omonina, derivat flavonic
- onocerina, derivat triterpenic
- fitosteroli
- tanin
- ulei gros
- acid citric

Modul de preparare și administrare:

51. PĂDUCELUL — *Crataegus monogyna* Jacq. — *Crataegus oxyacantha* L. Familia Rosaceae.

— frunze și flori

- | | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| — derivați flavonici | — vasodilatator |
| — cvercetroi | — crește permeabilitatea vasculară |
| — vitexozid | — scade tensiunea arterială |
| — hiperozid | — sedativ nervos |
| — steroli | |
| — colină | |
| — trimetilamină | |
| — acid clorogenic și cafeic | |
| — baze purinice | |
| — adenină | |
| — guanină | |
| — ulei volatil | |
| — aldehydă anisică | |

4	5
---	---

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| — elimină toxinele de corp | — detoxifiant (depurativ) |
| | — reumatism |
| | — edeme renale |

d e c o c t — 4 linguri rase la un litru de apă rece; se fierbe 30 de minute; se bea fracționat în decursul unei zile.

- | | | |
|---------------|--|-----------------------------|
| <i>Intern</i> | — vasodilatator coronarian și periferic | — anghină pectorală |
| | — hipotensiv ușor | — miocardită |
| | — sedativ nervos | — hipertensiune arterială |
| | — sedativ al sistemului cardiovascular | — turburări de climacterium |
| | — bradicardizant | — tahicardie |
| | — bronhodilatator | — turburări neurovegetative |
| | — stimulează sistemul nervos central și al respirației | |

1	2	3
	— subst. minerale	
	— glucozide	
	— sorbitol	
	— leonurină	— sedativ al sistemului cardiovascular
		— sedativ nervos
— fructe	— flavone	— idem
	— acid ursolic	
	— acid crategic	
	— saponină	
	— tanin	
	— colină	
	— acetilcolină	— vasodilatator coronarian și periferic
	— antociani	
	— ac. tartric, citric	
	— zaharuri	
	— vitaminele B, C	
	— fitosterine	

Modul de preparare și administrare:

52. PĂPĂDIA — *Taraxacum officinale* Web. Familia *Compositas.*

- | | | |
|----------|------------------|------------------|
| — frunze | — principiu amar | — coleretic |
| | — taraxacina | — crește diureza |
| | — pectine | |

4	5
---	---

infuzie — o linguriță de flori cu frunze sau fructe la 200 ml apă clocotită. După 15 minute se strecoară, se bea fracționat în decursul unei zile.

- | | | |
|---------------|------------------|--|
| <i>Intern</i> | — hipoacidifiant | — gastrite hiperacide |
| | — laxativ | — dischinezii biliare cu tulburări intestinale |
| | — coleretic | |

1	2	3
	— glucide	
	— alcooli triterpenici	
	— vitaminele A, B ₁ , C și D	
— rădăcină		
	— inulină	
	— tanin	— astringent
	— rezine	
	— fitosteroli	
	— principiu amar	— mărește secreția biliară
	— taraxacina	
	— colină	— crește diureza
	— acid cafeic și nicotinic	

Modul de preparare și administrare:

53. PÂTLAGINA — *Plantago lanceolata* L., *Plantago major* L., *Plantago media* L. Familia *Plantaginaceae*.

— frunze	— mucilagii	— emolient
	— pentazone	
	— acid polivronic	
	— tanin	

4	5
— diuretic	— obezitate
— venotonic	— gută
— colagog	— reumatism
	— ateroscleroză
	— varice
	— ulcer varicos

Infuzie — 2 lingurițe de plantă la 250 ml apă clocotită se beau 2—3 ceaturi în timpul unei zile, de preferință după mesele principale.

— Frunzele tinere se consumă sub formă de salată primăvara.

Intern	— emolient	— bronșite cronice
	— antidiareic	— astm bronșic
	— hemostatic	— diaree
	— fitoncid	— ulcer gastroduodenal

1	2	3
	— aucobozidă	
	— planteoză	
	— trioizida	
	— filochinonă	
	— pectine	
	— carotene	

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
— scade colesterolul din sînge	— hipercolesterolemie
— hipotensiv ușor	— hipertensiune arteri- ală

Extern — antiseptic

- ulcer varicos
- ulcerații cutanate
(băi)
- conjunctivite
- blefarite
- laringite
- traheite

infuzie — o lingură de frunze la 200 ml apă clocotită;
se ia câte o lingură la 2 ore.

în ulcer gastric: de trei ori pe zi, 0,5 g pulbere
din frunze, după mesele principale; se poate
prepara o infuzie ca mai sus, din care se iau
cîte 2 linguri după mesele principale, iar între
mese, o lingură la trei ore.

infuzie — în ulcer varicos și ulcerații ale pielii, se fac băi;
se face o infuzie din 100 g frunze uscate la 3 litri
de apă; se lasă vasul acoperit 20—30 minute;
se strecoară și lichidul rezultat se răstoarnă
în apa din cadă care trebuie să aibă t°, 37°C.
Se stă 15—20 minute

1	2	3
---	---	---

54. PELINUL — *Artemisia absinthium* L. Familia
Compositae.

— *toată planta*

- | | |
|-------------------|---------------------|
| — ulei volatil | — excită secrețiile |
| — azulen | gastrice |
| — tuiună | — crește diureza |
| — tuiol | |
| — principii amare | |
| — artamarina | |
| — artamarinina | |
| — artamaridinina | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Intern

4	5
---	---

- Intern*
- | | |
|-------------------------|----------------------|
| — stimulează secrețiile | — gastrite hipoacide |
| gastrice | — anorexie |
| — diuretic | — endeme renale |
| — laxativ | — constipații |

- Extern*
- | | |
|-----------------|---------------------|
| — dezinfectant | — hemoroizi |
| — trofic | — plăgi purulente |
| — antihelmintic | — vaginită atrofică |
| | — oxiurază |

infuzie — o linguriță de plantă la 250 ml apă clocotită; se bea în trei reprize înaintea meselor principale. Fiind foarte amar se îndulcește.

infuzie — 2 lingurițe la 200 ml apă clocotită;
— în oxiurază, se fac băi de șezut sau clisme, cu o compoziție din 2 lingurițe pelin și 2 lingurițe mușetel, la 200 ml apă clocotită;
— antihelmintic: 1–2 lingurițe pulbere de plantă, amestecată cu miere, luată dimineața pe stomacul gol, concomitent cu clisma și băile de șezut, cu infuzie de pelin.

1	2	3
---	---	---

Atențiune: Nu se administrează la gravide, deoarece mult de două săptămâni), deoarece pot apare tulburări

Contraindicații: afecțiuni acute intestinale.

55. **PINUL** — *Pinus montana* Mill. *Pinus silvestris* L.

Familia *Pinaceae*.

- | | | |
|----------|----------------|---------------------|
| — muguri | — ulei volatil | — antispastic |
| | | — calmează inflama- |
| | | țiile pulmonare și |
| | | ale căilor respira- |
| | | torii |

Modul de preparare și administrare:

56. **PIRUL** — *Agropyron repens* (L.) Pal. Familia *Gramineae*.

- | | | |
|----------|---------------------|----------------------|
| — rizomi | — saponine | — crește diureza |
| | — fructozane | — sudorație |
| | — inozită | |
| | — ulei volatil | — acțiune antimicro- |
| | | biană |
| | — săruri de potasiu | |
| | — mucilagii | |
| | — acid salicilic | |
| | — vitaminele A, B | |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

laptele capătă un gust amar. Nu se fac cure îndelungate (mai digestive și nervoase.

- | | | |
|---------------|----------------------------|------------------|
| Intern | — acționează ca dezinfec- | — bronșite acute |
| | tant al tractului respira- | — traheite |
| | tor | — pielite |
| | — diuretic | — cistite |
| | | — uretrite |

infuzie — 2 lingurițe de muguri la 400 ml apă clocotită se bea fracționat în 4–5 reprize, în decursul unei zile.

- | | | |
|---------------|----------------------------|--------------------|
| Intern | — acțiune antimicrobiană | — afecțiuni renale |
| | — diuretic | — gută |
| | — remineralizant al siste- | — reumatism |
| | mului osos | — cistite |
| | — depurativ (detoxifiant) | — bronșite |
| | — antitermic | — răceală |

infuzie — o lingură rizomi la 200 ml apă clocotită; se beau 2–3 ceaiuri calduțe pe zi.

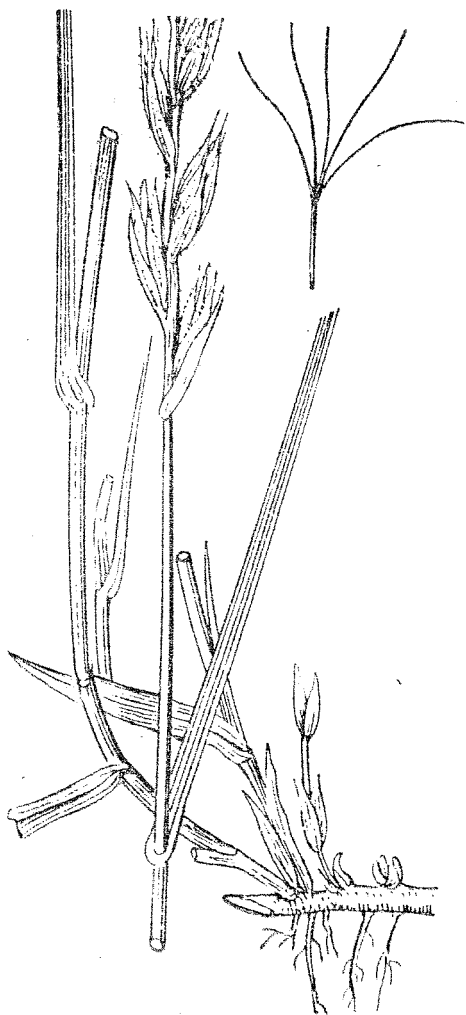


Fig. 21 — Pirul



Fig. 22 — Plămînařica

1	2	3
---	---	---

57. PLĂMINĂRICĂ — *Pulmonaria officinalis* L. Familia
Boraginaceae.

— frunze	— săruri de potasiu	— crește diureza
	— acid salicic	— antiinflamator
	— tanin	
	— mucilagii	— emolient
	— saponine	
	— alantoină	— emolient

Modul de preparare și administrare:

58. PLOPUL NEGRU — *Populus nigra* L. Familia
Salicaceae.

— muguri	— crisina	— antiseptică
	— tectocrisina	— proprietăți
	— glucozizi	balsamice
	— salicina	— calmant al căilor
	— populina	urinare
	— tanin	
	— ulei volatil	

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

Intern	— expectorant	— bronșite
	— antispastic bronșic	— laringite
	— diuretic	— afecțiuni renale
	— analgetic	— reumatism
	— antidiareic	— diaree
	— cicatrizant	— ulcer gastric și duo- denal

infuzie — o lingură de frunze la 250 ml apă clocotită;
se beau 2—3 ceaiuri pe zi, după mesele prin-
cipale.

Intern	— expectorant	— bronșite acute
	— diuretic	— afecțiuni renale
	— antiinflamator renal	
	— cicatrizant	— antireumatic
		— hemoroizi
Extern	— antiseptic	— răni provenite din arsuri
	— cicatrizant	

infuzie — o linguriță de muguri la 250 ml apă; se beau
2 ceaiuri pe zi.

infuzie — Sub formă de băi pentru vindecarea rănilor
provenite din arsuri sau băi de șezut în hemo-
roizi

1	2	3
---	---	---

59. PODBALUL — *Tussilago farfara* L. Familia *Compositae*.

- | | | |
|----------|-------------|-----------------|
| — frunze | — mucilagii | — secretolitice |
| și flori | | — emolient |
| | | — antispastic |

- tanin
- steroli
- principiu amar
- tusilagina
- inulină
- nitrat potasiu

Modul de preparare și administrare:

60. PORUMBARUL — *Prunus spinosa* L. Familia *Rosaceae*.

- | | | |
|----------|----------------------|--------------|
| — flori | — flavone | — diuretic |
| | — săruri de magneziu | |
| | și potasiu | |
| | — quercetin | — depurativ |
| | — kemferol | — sedativ |
| | — ac. organici | — antiseptic |
| — fructe | — zaharuri | |
| | — acizi organici | |
| | — săruri de calciu | |
| | și magneziu | |
| | — vitamina C | |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|---------------------------------------|--------------------|
| <i>Intern</i> | — emolient și expectorant | — bronșite cronice |
| | — antiseptic al aparatului respirator | — astm bronșic |
| | — antispastic bronșic | — emfizem pulmonar |
| | | — laringite |

infuzie — 15 g frunze sau flori la 200 ml apă clocotită; se la o lingură la 2 ore.

- | | | |
|---------------|------------|--------------------|
| <i>Intern</i> | — diuretic | — afecțiuni renale |
|---------------|------------|--------------------|

- | | |
|---------------|-------------------|
| — depurativ | — gută |
| — sedativ | — artrită |
| — antidiareic | — tuse convulsivă |

infuzie — o linguriță flori la 250 ml apă clocotită; se beau 2-3 ceaiuri pe zi.

decoct — o linguriță de fructe la 250 ml apă rece; se fierbe 20 minute; se beau 2-3 ceaiuri pe zi.



Fig. 23 — Plopul negru

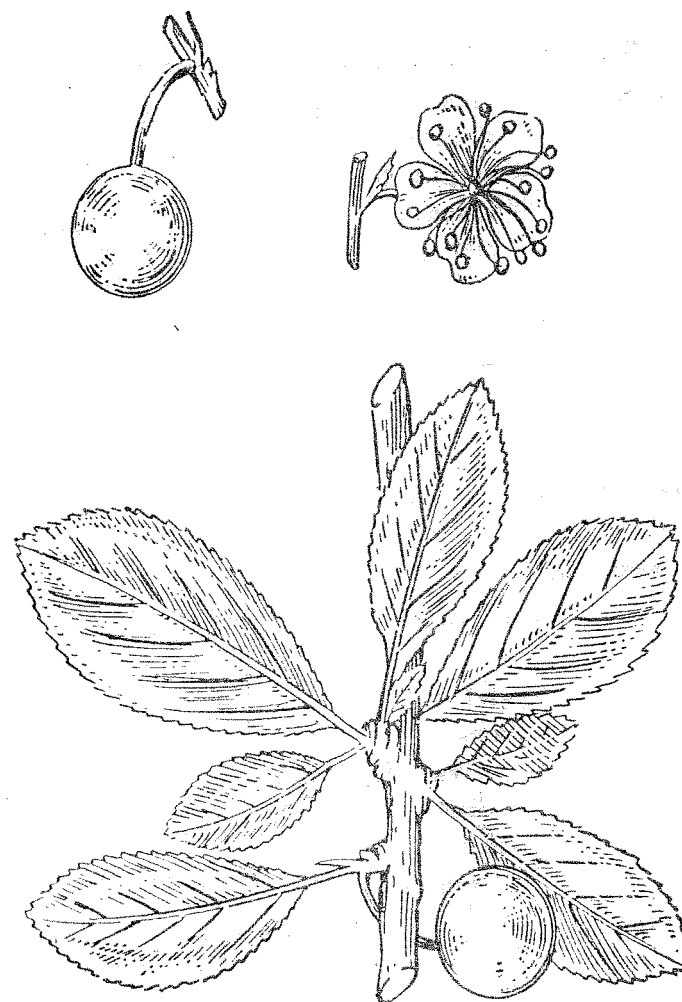


Fig. 24 — Porumbarul

1	2	3
---	---	---

61. PORUMBUL — *Zea mays* L. Familia *Gramineae*

- | | | |
|----------------------|---------------------|----------------------|
| — mătase | — săruri de potasiu | — diureză |
| | și calciu | — elimină apa din |
| | — bioxid de siliciu | țesuturi |
| — saponine | | — micșorează depune- |
| — ulei volatil | | rile de săruri din |
| — ceară | | bilă |
| — alantoină | — hemostatic | |
| — vitaminele C, E, K | — hemostatic | |

Modul de preparare și administrare:

62. RĂCHITANUL — *Lythrum salicaria* L. Familia *Lythraceae*.

— toată planta

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| — tanin | — împiedică fermen- |
| | tațiile intestinale |
| — ulei volatil | — antiseptic |
| — lawsonă | — hemostatic |
| — derivați flavonici | — acțiune antibiotică |
| — colină | |
| — glucozid | |
| — salicarina | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|------------------------------|-----------------------|
| <i>Intern</i> | — calmant în cistite cronice | — cistite |
| | și metrite | — metrite |
| | — puternic diuretic | — calculoză renală |
| | — colagog | — gută |
| | — hemostatic | — reumatism |
| | | — colecistite cronice |
| | | — metroragii |
| | | — afecțiuni hepatice |

Infuzie — 2 linguri de mătase la 200 ml apă clocotită;
se ia la 2–3 ore câte o lingură.

- | | | |
|---------------|-----------------------------|---------------------|
| <i>Intern</i> | — antibiotic gastrointesti- | — dizenterie |
| | nal | — hemoragii gastro- |
| | — antiseptic | intestinale |
| | — antidiareic | |
| | — hemostatic | |
| <i>Extern</i> | — cicatrizant | — ulcer varicos |
| | — antiseptic | — leucoree |

Infuzie — o linguriță de plantă la 200 ml apă clocotită
se beau 3 cealuri pe zi.

Infuzie — cantitatea de plantă se dublează. Se utilizează
sub formă de comprese, irigații vaginale, băi.

1	2	3
---	---	---

63. ROINIȚA — *Melissa officinalis* L. Familia *Labiatae*.

- | | | |
|----------|------------------|-------------------------------|
| — frunze | — ulei volatil | — bacteriostatic |
| | — citrol | — antispastic |
| | — citronelol | — coleretic |
| | — geraniol | — antiseptic |
| | — linalol | — elimină gazele |
| | | — mărește secrețiile gastrice |
| | — tanin | |
| | — acid cafeic | |
| | — principiu amar | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

64. ROSTOPASCA — *Chelidonium majus* L. Familia *Papaveraceae*.

— toată planta

- | | |
|-------------------|---|
| — alcaloizi | — acțiune antispastică de tip papaverinic, fiind mai puțin toxic |
| — chelidonină | — antimitotic |
| — sparteină | — relaxează musculatura netedă a vaselor mari și în special a coronarelor |
| — protopină | — stimulează respirația |
| — hemochelidonină | |
| — cheleritrină | |
| — sanghinarină | |

4	5
---	---

- | | | |
|---------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| Intern | — carminativ | — spasme și colici gastrointestinale |
| | — coleretic | — dischinezii biliare |
| | — antispastic gastrointestinal | — colite cronice |
| | — antiemetic | — vomă |
| | — antidlareic | — diaree |
| | — sedativ | — anorexie |
| | — stomahic | — tulburări neurovegetative |
| Extern | — cicatrizant | — răni |
| | — antiseptic | |

infuzie — o linguriță de frunze la 200 ml apă clocotită; se beau 2 cealuri pe zi.

infuzie — se dublează cantitatea de plantă și se folosește sub formă de cataplasme și băi.

- | | | |
|---------------|---------------------------------------|---------------------------|
| Intern | — vasodilatator coronarian | — afecțiuni hepatobiliare |
| | — antispastic biliar | — tumori |
| | — acțiune antitumorală (antimitotică) | — insuficiență cardiacă |
| | — sedativ | — anghină pectorală |
| | — descongectiv hepatic | |



Fig. 25 — Roinița



Fig. 26 — Salcia

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se supradozează provocând intoxi-

65. SALCIA — *Salix alba* L.; *Salix fragilis* L.; *Salix purpurea* L. Familia *Salicaceae*.

- | | | |
|---------|----------------|-----------------|
| — coajă | — tanin | — astringent |
| | | — hemostatic |
| | — salicozid | — antireumatic |
| | — saligenol | — analgetic |
| | — salicină | — sedativ |
| | | — antitermic |
| | | — vasodilatator |
| | — populozidă | |
| | — salirepozită | |
| | — picepsidă | |
| | — ceară | |
| | — rezine | |
| | — oxalați | |

4	5
---	---

Extern — antiseptic — tuberculoza pielii
— trofic

infuzie — 1/2 linguriță plantă la 200 ml apă clocotită;
se ia o lingură la 3 ore, doza pentru o zi.
În caz de dureri, se mai ia o doză a doua zi.
— în tuberculoza pielii: se amestecă 30 g pulbere
de rostopască, 15 g lanolină și 15 g vaselină;
se adaugă 10 picături de acid fenic; se unge
rana, iar pansamentul se menține aplicat 3
zile; se continuă pînă la vindecare.

cații.

Intern — astringent — reumatism
— antitermic — nevralgii
— analgetic reumatismal — răceală
— sedativ — insomnii
— vasodilatator cutanat — gută
— sudorific

Extern — cicatrizant — ulcerații cutanate
— hemostatic — hemoragii hemoroidale

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se depășește doza, deoarece se pot

66. SĂLCĂMUL — *Robinia pseudacacia* L. Familia
Leguminosae.

- | | | |
|---------|-----------------------|--------------------|
| — flori | — glucozide flavonice | — scade aciditatea |
| | — robinina | gastrică |
| | — acaciina | — antispastic |
| | — ulei volatil | |

Modul de preparare și administrare:

67. SALVIA — *Salvia officinalis* L. Familia Labiatae.

- | | | |
|----------|-------------------------------|--------------------------------|
| — frunze | — ulei volatil | — scade febra |
| | — tuionă | — mărește secreția |
| | — cineol | bilei |
| | — terpen | — antiinflamator |
| | — sesquiterpen | intestinal |
| | — borneol | — carminativ |
| | — camfor | — antiseptic |
| | — acetat de linalil și bornil | — calmant al sistemului nervos |
| | — subst. estrogen | |

4	5
---	---

decoct — 10 g coajă mărunțită la 200 ml apă rece, se fierbe 20–30 minute, se iau 3–4 linguri pe zi.

decoct — compoziția este mai concentrată; 15 g coajă mărunțită la 200 ml apă rece. Sub formă de comprese, băi și băi de șezut.

produce intoxicații.

- | | | |
|--------|--------------------------|------------------------|
| Intern | — hipoacidifiant gastric | — gastrite hiperacide |
| | — antispastic | — pirosis |
| | | — ulcer gastroduodenal |

Infuzie — o lingură la 250 ml apă clocotită; se bea în trei reprize, după mesele principale.

- | | | |
|--------|-----------------------|-----------------------|
| Intern | — expectorant | — bronșite cronice |
| | — antispastic bronșic | — balonări abdominale |
| | — carminativ | — diabet zaharat |
| | — antitermic | — varice |
| | — hipoglicemiant | — vaginită atrofică |
| | — sedativ ușor | — dischinezii biliare |
| | — venotonic | — reumatism |
| | — antiseptic | |
| | — bacteriostatic | |
| | — acțiune estrogenă | |
| | — coleretic | |

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se recomandă mamelor care alăptează.

68. SĂPUNARIȚA — *Saponaria officinalis* L. Familia
Caryophyllaceae.

— rădăcina

- | | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| — saponine triter-
penice | — crește diureza |
| — gipnosegina | — fluidifică secrețiile
bronșice |
| — flavone | |
| — saponarina | |
| — glucide | |
| — subst. albuminoide | |
| — subst. minerale | |

4	5
---	---

Extern — antiseptic
— astringent

— aftoză bucală
— abcese dentare
— gingivite
— răni cu puroi
— faringite
— amigdalite
— ulceratii ale pielii

infuzie — o linguriță de frunze la 100 ml apă clocotită;
se beau 2 ceaiuri pe zi. Pentru oprirea transpi-
rație se bea rece, în mai multe reprize.

infuzie — 5 g frunze la 100 ml apă clocotită. Se folosește
în gargară și comprese.

Intern — expectorant
— diuretic
— colagog
— antihelmintic

— bronșite
— oxiuraza
— dischinezii biliare

Extern — antihelmintic
— cicatrizant

— oxiurază
— plăgi
— eczeme
— furunculoze

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

A t e n ț i u n e: nu se supradozează fiind toxică; rădăcina foarte mici), nu se pulverizează, pulberea este iritantă praf de strănutat.

69. **SCAIUL VINĂT** — *Eryngium planum* L. Familia Umbelliferae.

— toată planta

— saponine

— fluidifică secrețiile
bronșice

Modul de preparare și administrare:

70. **SCHINELUL** — *Cnicus benedictus* L. Familia Compositae.

— toată planta

— principii amare

— benedictina

— cnicina

— ulei volatil

— tanin

— mucilagii

— vitamina B₁

— stimulează secrețiile
gastrice

Modul de preparare și administrare: Intern

4	5
---	---

m a c e r a r e — o linguriță la 200 ml apă rece, se lasă 8 ore
se bea fracționat în decursul unei zile.

d e c o c t — 2 lingurițe la 250 ml apă rece; se fierbe 30 minute. Se iau 4–5 linguri pe zi.

Pentru oxiuri se fac băi de șezut și clisme.

de săpunariță se utilizează mărunțită (tăiată în bucățele pentru mucoasa nazală. Popular acestei pulberi i se spune

Intern — expectorant

— bronșite

— antispastic bronșic

— tuse convulsivă

d e c o c t — 10 g plantă la 200 ml apă rece; se iau 3–4 linguri pe zi, asociat cu frunze de pătlagină și cimbrisor, este calmant în tusea convulsivă.

Intern — stimulează secrețiile
gastrice

— hipoaciditate gastrică
— anorexie

Extern — trofic

— arsuri

— antiseptic

— ulcerații (băi)

— degerături

I n f u z i e — o linguriță plantă la 250 ml apă clocotită; se bea fracționat în decursul unei zile.



Fig. 27 — *Salvia*

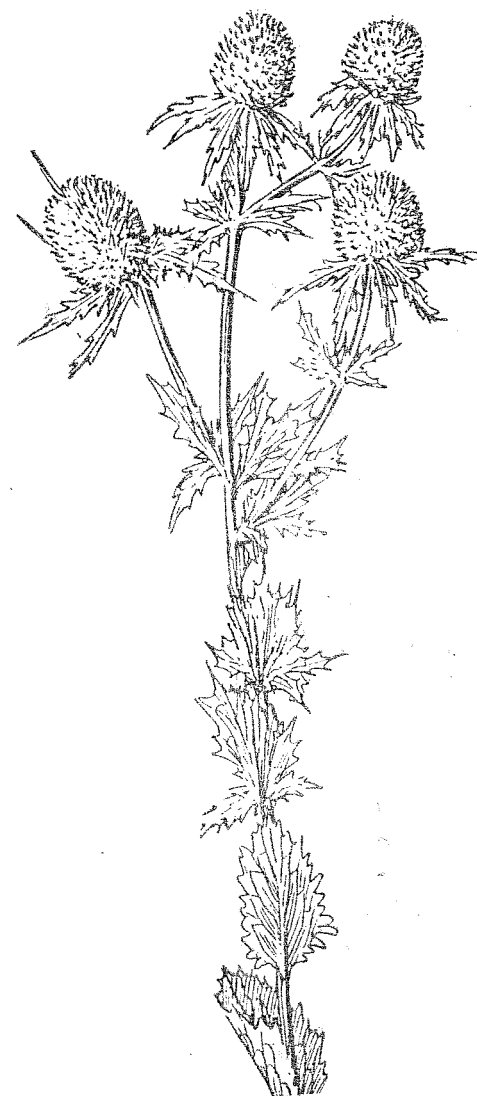


Fig. 28 — *Scaiuul vînăt*

1	2	3
---	---	---

Extern

71. **SOCUL** — *Sambucus nigra* L. Familia *Caprifoliaceae*.

- | | | |
|---------|-----------------|--------------------|
| — flori | — ulei volatil | — crește sudorația |
| | — rutozide | — antiinflamator |
| | — tanin | — crește diureza |
| | — sambunigrină | |
| | — zahăr | |
| | — mucilagii | |
| | — amine | |
| | — etilamină | |
| | — izobutilamină | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

Atențiune: nu se utilizează florile proaspete; aplicate

72. **ȘOVÎRVUL** — *Origanum vulgare* L. Familia *Labiatae*.

- | | |
|-------------------------------|------------------|
| — părțile aeriene ale plantei | |
| — ulei volatil | — antispastic al |
| — timol | musculaturii |
| — carvacrol | netede |

4	5
---	---

infuzie — cataplasme: 3 lingurițe plantă la 250 ml apă clocotită.

- băi: 100 g produs uscat la 3 litri de apă clocotită; după 25—30 minute se strecoară și lichidul rezultat se amestecă cu apa din cadă, care trebuie să aibă t°, 37°C. Se stă 15—20 minute.

- | | |
|------------------------------------|--------------------|
| <i>Intern</i> — sudorific puternic | — afecțiuni renale |
| — galactogog | — gripă |
| — laxativ ușor | — răceală |
| — diuretic | — constipație |
| | — obezitate |

- | | |
|----------------------------|-------------|
| <i>Extern</i> — antiseptic | — furuncule |
| | — abcese |

infuzie — 2 lingurițe de flori la 250 ml apă clocotită; se beau 3 ceaiuri pe zi, călduțe.

infuzie — Laxativ, 1—2 lingurițe la 200 ml apă. Seara la culcare.

infuzie — Cantitatea de flori se dublează, se întrebuintează sub formă de băi sau cataplasme în furuncule, abcese, arsuri, umflături.

pe piele sau pe mucoase, produc eriteme.

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| <i>Intern</i> — sedativ | — gastrite hipoacide |
| — bronhodilatator | — tuse convulsivă |
| — antispastic | — bronșite |

1

2

3

- sedativ asupra sistemului nervos central și asupra centrilor respiratori
- bronhodilatator
- fluidifică secrețiile bronșice
- tanin
- principii amare

Modul de preparare și administrare:

73. STEJARUL — *Quercus robur* L. — *Quercus petraea* (Matt) Lieb. sin *Quercus sessiliflora* Salisb. Familia *Fagaceae*.

- coaja
- acid cvercitanic
- acid elagic și galic
- precipită proteinele
- astringent
- principii amare
- cvercina
- floroglucina
- subst. pectice
- rezine
- oxalat de calciu

4

5

— expectorant

— astm bronșic

Infuzie — 15 g plantă la 200 ml apă clocotită; pentru afecțiuni stomacale, se iau câte 4 linguri, înaintea meselor principale. Pentru celelalte afecțiuni, o linguriță plantă la 200 ml apă clocotită; se beau 2—3 ceaiuri pe zi.

Intern — hemostatic
— antiseptic
— antidiareic

Extern — astringent
— cicatrizant
— dezinfectant

— enterite
— melene
— metroragii

— hemorolzi
— fistule anale
— leucoree
— faringite
— gingivite
— arsuri
— degerături
— transpirația excesivă a picioarelor și a mâinilor

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

74. **SULFINA** — *Melilotus officinalis* (L) Medik. Familia Leguminosae.

- | | | |
|---------|------------------|-------------------------------------|
| — flori | — ulei volatil | — vasodilatator periferic |
| | — melilotizida | — mărește permeabilitatea vasculară |
| | — glucoză | — regenerează celula hepatică |
| | | — scade tensiunea arterială |
| | — acid cumarinic | — aromatizant |
| | — tanin | — astringent |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

d e c o c t — 2 lingurițe la 200 ml apă rece; se fierbe 20–30 minute; se beau 2 ceaiuri pe zi. Dintr-o linguriță de ghindă prăjită și măcinată se prepară o cafea care reglează scaunul în diaree; se bea dimineața pe stomacul gol o ceșcuță, neîndulcită.

d e c o c t — 3 lingurițe la 200 ml apă rece. Sub formă de gargară, comprese, băi de șezut, spălături vaginale; băi în diferite boli de piele.

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| <i>Intern</i> — sedativ | — astm bronșic |
| — expectorant | — bronșite |
| — hipotensiv | — hipertensiune arterială |
| — diuretic | — afecțiuni renale |
| | — hepatită cronică |
| <i>Extern</i> — antiseptic | — afecțiuni oculare |
| — calmant (băi) | — abcese dentare |
| — antiinflamator gingival | — gingivite |
| | — răni |

i n f u z i e — o linguriță flori la 200 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi.

i n f u z i e — cantitatea de plantă se dublează. Această infuzie se folosește în comprese, instilații pentru ochi, spălături și gargară.

— băi: infuzie din 100 g plantă uscată la 2 litri de apă; lichidul rezultat se amestecă cu apa din cadă care trebuie să aibă t°, 37°C; se stă în cadă 15–20 minute.

1	2	3
75. SUNĂTOAREA — <i>Hypericum perforatum</i> L. Familia <i>Hypericaceae</i> .		

— toată planta

- | | |
|----------------------|--|
| — ulei volatil | — antiinflamator hepatic și intestinal |
| — hiperină | — astringent |
| — hipericină | — cicatrizant |
| — flavone | |
| — hiperozida | |
| — cvercetrol | |
| — galactoză | |
| — cvercitrină | |
| — rutină | |
| — tanin catehic | — diminuează procesele inflamatorii hepatice și tulburările motilității căilor biliare |
| — subst. colorantă | — antiseptic |
| — hipericina | |
| — colina | — împiedică infiltrarea grasă a ficatului, împiedică degenerarea celulei hepatice |
| — caroten | |
| — acid valerianic | |
| — vitaminele C și PP | |
| — saponine | |

5

- Intern*
- | | |
|--|--|
| — factor lipotrop | — hepatite și hepatite cronice evolutive |
| — antidiareic | — colite cronice |
| — coleretic | — ulcer gastric |
| — cicatrizant | — colecistită |
| — antiseptic | |
| — antiinflamator hepatic și intestinal | |
| — antibiotic | |

- Extern*
- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| — trofic și calmant | — arsuri |
| — antiinflamator gingival | — inflamații ale gingiilor |
| — cicatrizant | — răni |

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

76. TALPA GÎSTEI — *Leonurus cardiaca* L. Familia
Labiatae.

— părțile aeriene ale plantei

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| — alcaloizi | — sedativ cardiac și nervos |
| — ulei volatil | — scade tensiunea arterială |
| — saponine | |
| — tanin | |
| — glucozidă sterolică | |
| — principiu amar glucozidic | — sedativ nervos și cardiac |
| — leonurina | — vasodilatator periferic |
| | — hipotensiv |
| — heterozidă | |
| — vitaminele A, C, E | |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

infuzie — o lingură de plantă la 200 ml apă clocotită; se beau 3 ceaiuri pe zi.

infuzie — cantitatea de plantă se dublează. Se utilizează sub formă de băi, cataplasme, gargară;
— compresele cu ceai de sunătoare au acțiune stimulatorie în tenurile uscate și îmbătrânite.

<i>Intern</i> — sedativ puternic al sistemului nervos central	— stări depresive nervoase
— hipotensiv	— distonii neurovegetative
	— tulburări de climacterium
	— hipertensiune arterială

<i>Extern</i> — cicatrizant	— răni
— antiinflamator	— umflături

infuzie — 15 g plantă la 200 ml apă clocotită; se iau 3—4 linguri pe zi.

infuzie — 25 g plantă la 200 ml apă clocotită. Se utilizează sub formă de comprese, băi.

1

2

3

77. TĂTĂNEASA — *Symphytum officinalis* L. Familia
Boraginaceae.

— rădăcină

- | | |
|----------------|------------------|
| — ulei volatil | |
| — alantoină | |
| — rezine | — antiinflamator |
| — tanin | — astringent |
| — mucilagii | — emolient |
| | — expectorant |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

78. TEIUL — *Tilia platyphyllos* Scop. (Tei mare)
— *Tilia cordata* Mill. (Tei roșu)
— *Tilia tomentosa* L. (Tei argintiu-alb)
Familia Tiliaceae.

- | | | |
|-------------|----------------|----------------------|
| — flori | — ulei volatil | — neurosedativ |
| | | — antispastic |
| | | — sudorific |
| — mucilagii | | — antiinflamator al |
| | | căilor respiratorii |
| | | superioare |
| | | — emolient al secre- |
| | | țiilor bronșice |

4

5

- | | | |
|--------|-------------------------|------------------|
| Intern | — emolient | — bronșite |
| | — expectorant | — ulcer stomacal |
| | — hemostatic | |
| | — cicatrizant | |
| | — acțiune antimicrobică | |

- | | | |
|--------|----------------|-----------------|
| Extern | — descongestiv | — arsuri |
| | — astringent | — ulcer varicos |
| | — cicatrizant | — hemoroizi |

d e c o c t — o linguriță rădăcină la 250 ml apă rece; se fierbe
20—30 minute; se beau 2—3 cealuri pe zi.

d e c o c t — cantitatea de rădăcină se dublează; se utilizează
sub formă de comprese, băi, băi de șezut, clisme.

- | | | |
|--------|---------------|-------------------|
| Intern | — sudorific | — gripă |
| | — antitermic | — răceală |
| | — emolient | — bronșite |
| | — expectorant | — insomnii |
| | — sedativ | — tuse convulsivă |

1	2	3
---	---	---

- gume
- flavone
- quercitrină
- izoquercitrină
- rutozidă
- tilirozidă
- tanin
- zahăr
- colină
- acetilcolină

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

79. TRAISTA CIOBANULUI — *Capsella bursa pastoris* (L.)
Medik. Familia Cruciferae.

— toată planta

- | | |
|---------------------|---------------------|
| — glucozide | |
| — amine | — astringent |
| — acetilcolina | — vasodilatator co- |
| — colina | ronarian |
| — tiramina | — acțiune uteronică |
| — derivați fenolici | — hemostatic |

4	5
---	---

Extern — calmant general (băi) — amigdalite (cu 1 g bicarbonat de sodiu)
descongestiv — stări de neliniște

infuzie — o linguriță la 200 ml apă clocotită; se beau 2—3 ceaiuri pe zi îndulcite cu miere sau zahăr.

infuzie — 4 linguri la 200 ml apă clocotită; în amigdalite gargara se face cu ceaiul cald.

— băi; infuzie din 500 g produs uscat, la 3 litri apă clocotită; după strecurare, lichidul rezultat se amestecă cu apa din cadă care trebuie să aibă t°, 37°C. Se stă în cadă 15—20 minute.

Intern — hemostatic	— anghină pectorală
— hipotensiv	— hemoragii uterine
— analgetic	— dismenoree
	— hipertensiune arteri-
	ală



Fig. 29. — Schiniciul



Fig. 30 — Traista clobanului

1	2	3
---	---	---

- săruri de potasiu — reglează tensiunea
- acid protocatehic arterială

Modul de preparare și administrare:

80. TRANDAFIRUL — *Rosa centifolia* L. (trandafir de dulceată) — *Rosa damascene* Mill.
(trandafir de lună) Familia *Rosaceae*

- petale — ulei volatil — antipiretic
- geraniol — antiinflamator
- nerol — antiseptic
- citronelol — astringent
- derivați flavonici
- quercetina
- coloranți antocianici
- cianina
- tanin — astringent

Modul de preparare și administrare:

Extern

4	5
---	---

Infuzie — o linguriță de plantă la 200 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi

— în hemoragii uterine și dismenoree: 3 lingurițe de plantă la 200 ml apă clocotită; se iau zilnic, cu 6 zile înainte de apariția ciclului menstrual, câte 6—8 lingurițe pe zi.

Intern — antidiareic

— diaree cronică

Extern — dezinfectant

— descongativ

— iritații oculare

— afecțiuni bucale la sugari

Infuzie — 2 lingurițe de petale la 200 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi.

Infuzie — această infuzie se folosește și extern pentru comprese și spălături oculare.

1

2

3

81. TREI FRĂȚI PĂTAȚI — *Viola tricolor* L. — *Viola arvensis* L. Familia *Violaceae*.

— părțile aeriene ale plantei

— saponine triterpenice
— rutina

— crește diureza
— drenează bila
— emolient

fluidifică secrețiile
bronșice

— alcaloizi
— violina

— heterozidă
— salicilat de metil

— pigmenti antocianici

— vitaminele C și A

— tanin

— beta-caroten

— gume

Modul de preparare și administrare:

82. TROSCOTUL — *Polygonum aviculare* L. Familia *Polygonaceae*.

— părțile aeriene ale plantei

— avicularozidă

— scade tensiunea

4

5

Intern — colagog
— expectorant
— diuretic
— depurativ
— laxativ
— antialergic

— bronșite
— afecțiuni renale
— eczeme
— urticarii
— constipație
— furunculoză

Infuzie — o linguriță plantă la 200 ml apă clocotită; se beau 3 cealuri pe zi. Mai concentrat: 4 linguri plantă la 200 ml apă clocotită; se ia o lingură la 3—4 ore.

Intern — hipotensiv

— hipertensiune arterială

1	2	3
---	---	---

- | | |
|----------------|--------------|
| — tanin | — astringent |
| — acid salicic | |
| — gume | |
| — rezine | |

Modul de preparare și administrare:

83. TURIȚA MARE — *Agrimonia eupatoria* L. Familia Rosaceae.

— toată planta

- | | |
|---------------------|---|
| — subst. amare | — stimulează con-
tracția vezicii
biliare |
| — tanin | — astringent |
| — ulei volatil | — lizează calculii
biliari |
| — bioxid de siliciu | |
| — acid ascorbic | |
| — acid nicotinic | |
| — vitamina K | |
| — cvercitrină | |
| — acid ursolic | |

Modul de preparare și administrare:

Atențiune: nu se supradozează, putând provoca și spasme puternice.

4	5
---	---

- | | |
|---------------|----------|
| — antidiareic | — diaree |
|---------------|----------|

Infuzie — 2 lingurițe de plantă la 200 ml apă clocotită; se beau trei ceaiuri pe zi.

Mai concentrat: 20 g plantă la 200 ml apă clocotită; se iau trei linguri pe zi.

- Intern**
- | | |
|--|---------------------|
| — colagog | — anorexie |
| — excită secrețiile gastro-
intestinale | — calculoză biliară |
| — antidiareic | — diaree |
| — lizează calculii biliari | |

Infuzie — o linguriță de plantă la 200 ml apă clocotită; se beau 2—3 ceaiuri pe zi, înaintea meselor principale.

eliminări bruște de calculi, obturarea căilor biliare și renale

1	2	3
---	---	---

84. ȚINTAURA — *Centaurium umbellatum* Gilib. Familia
Gentianaceae.

— părțile aeriene ale plantei

- | | |
|------------------------------------|---|
| — principiu amar,
eritaurina | — eupeptic amar |
| — un glicozid,
eritrocentaurina | — mărește contracția
vezicii biliare |
| — un alcaloid,
eritricina | — scade febra |
| — rezine; gume | |
| — eritrosterină | |
| — acid oleanolic | |
| — subst. minerale | |

Modul de preparare și administrare:

85. UNGURAȘUL — *Marrubium vulgare* L. Familia
Labiatae.

— părțile aeriene ale plantei

- | | |
|------------------|---|
| — tanin | — astringent |
| — ulei volatil | — antispastic |
| | — expectorant |
| — rezine | |
| — principiu amar | |
| — marubia | — mărește contracția
vezicii biliare |
| — macilagii | — emolient |
| | — expectorant |

4	5
---	---

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| Intern — stomahic | — anorexie |
| — antitermic | — dischinezii biliare |

Infuzie — o linguriță plantă la 250 ml apă clocotită;
se bea câte o treime înaintea meselor princi-
pale.

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| Intern — colagog | — bronșite cronice |
| — expectorant | — astm bronșic |
| — stomahic | — anorexie |
| — antispastic bronșic | |



Fig. 31 — Trascotul

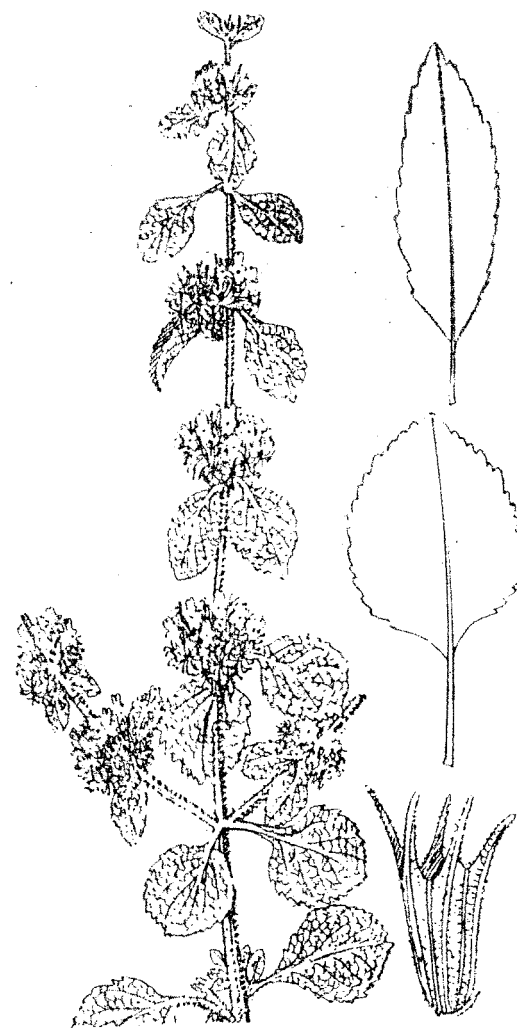


Fig. 32 — Ungurașul

1	2	3
---	---	---

- saponine
- acid ursolic
- alcaloid
- aolină

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

86. **URZICA** — *Urtica dioica* L. Familia *Urtica* ssc.

- frunze — provitamina A
- vitaminele B₁₂, C, K
- clorofilă
- mucilagii
- acizi esențiali
- ulei esențial
- ulei gras
- crește diureza
- hemostatic
- trofic
- emolient
- expectorant
- activează circulația
singelui cu eliberare
de histamină
- elimină acidul uric
și clorurile
- astringent
- antiseptic

4	5
---	---

- Extern* — cicatrizant
- ulcerații
 - răni

infuzie — o linguriță plantă la 200 ml apă clocotită; se
beau 3 cealuri pe zi, pe stomacul gol.

infuzie — 3 lingurițe de plantă la 200 ml apă clocotită;
se utilizează sub formă de comprese.

- Intern* — elimină acidul uric
- acțiune antimicrobiană
 - diuretic
 - antidiareic
 - vitaminizant
 - hemostatic
 - hipoglicemiant
 - dizenterie
 - gută
 - menstrre neregulate
 - obezitate
 - hipermenoree
 - hemoragii uterine
 - diabet zaharat
 - calculoză renală
 - avitaminoze
 - diaree
 - anemie
 - reumatism
 - răni greu vindecabile
 - supurații
 - ulcer varicos
 - vaginită atrofică
(asociată cu alte
plante)

Extern — stimulează refacerea
țesuturilor

- cicatrizant

1	2	3
---	---	---

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

87. URZICA MOARTĂ — *Lamium album* L. Familia
Labiatae.

— părțile aeriene ale plantei sau florile:

- | | |
|---------------------|------------------|
| — mucilagii | — emolient |
| | — expectorant |
| — saponine | |
| — flavone | |
| — tanin | — astringent |
| — săruri de potasiu | — crește diureza |
| — ulei volatil | — sedativ |

Modul de preparare și administrare: Intern

Extern

4	5
---	---

- | | |
|---------|---|
| | — seboree |
| | — mătreață |
| | — hemoroizi hemoragici |
| infuzie | — o lingură de frunze la 250 ml apă clocotită se beau 3 ceaiuri pe zi. |
| | — 20 g la 200 ml apă clocotită; sub formă de băi, comprese. |
| infuzie | — În hemoroizi frunzele de urzică se asociază cu flori de coada șoricelului în cantități egale. |

- | | | |
|--------|--------------------|--------------------------------|
| Intern | — sedativ | — leucoree |
| | — emolient | — hipertrofia prostatei (cură) |
| | — expectorant | — bronșite |
| | — diuretic | — diarei ușoare |
| | — antidiareic ușor | — insomnie (cură) |

- | | | |
|--------|--------------|----------------------|
| Extern | — astringent | — spălături vaginale |
| | | — abcese |
| | | — ulcere |

- | | |
|---------|--|
| infuzie | — o linguriță (sau 1/2 linguriță) de plantă la 250 ml apă clocotită; se beau 2 ceaiuri pe zi. |
| infuzie | — cantitatea de plantă este de 50 g la litru de apă clocotită. Se utilizează în spălături vaginale, seara înainte de culcare; comprese, gargară, clisme, băi de șezut; |

1	2	3
---	---	---

88. VISCUL — *Viscum album* L. Familia *Loranthaceae*.

- | | | |
|--------------------------|-------------------------|---|
| — frunze | — saponine triterpenice | — vasodilatator coronarian și periferic |
| | — acid oleanolic | |
| | — acetilcolină | — bradicardie imediată și tardivă |
| | | — scade tensiunea arterială |
| | — colină | — antispasmodic |
| | — inozitol | |
| — frunze + ramuri tinere | | |
| | — saponine triterpenice | — idem |
| | — acid oleanolic | |
| | — acetilcolină | — idem |
| | — inozitol | |
| | — vâscină | |
| | — vâscitoxină | |
| | — subst. minerale | |
| | — aminoacizi liberi | |
| | — acid vâscic | |
| | — polizaharid | — acțiune antitumorală |

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

- | | | |
|--------|-----------------------|---|
| Intern | — hipotensiv puternic | — ateroscleroză |
| | — cardiotonic | — afecțiuni cardiace |
| | — antimitotic | — hipertensiune arterială |
| | — bradicardizant | — turburări renale cauzate de hipertensiune |
| | | — tumori (inclusiv canceroase) |
| | | — tahicardie |
| | | — tuse convulsivă |
| | | — astm |
| | | — sughițuri persistente |

macerat — 2 lingurițe de plantă la 250 ml apă rece (la temperatura camerei); se lasă 8 ore la macerat; se utilizează în 2 reprize, din care un ceai seara la culcare.

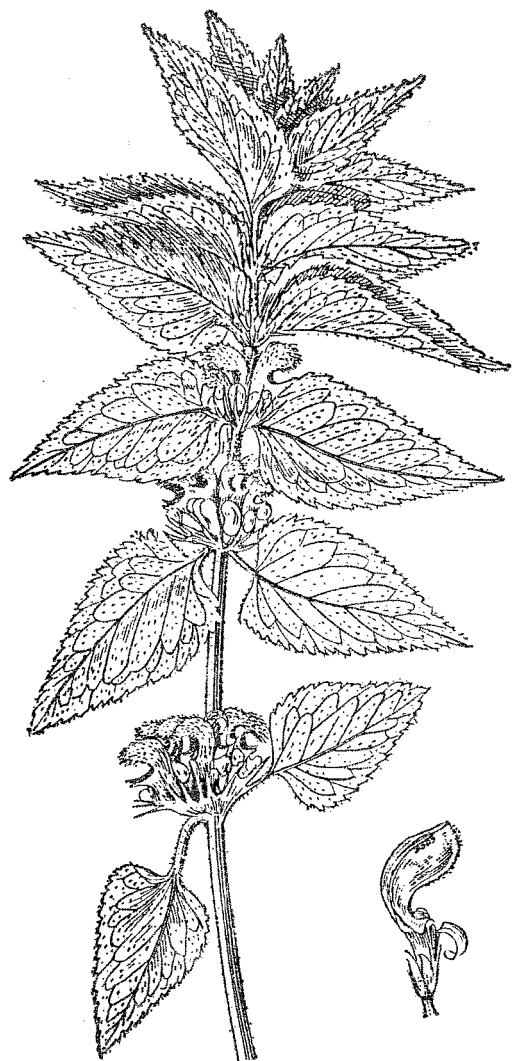


Fig. 33 — Urtica moartă

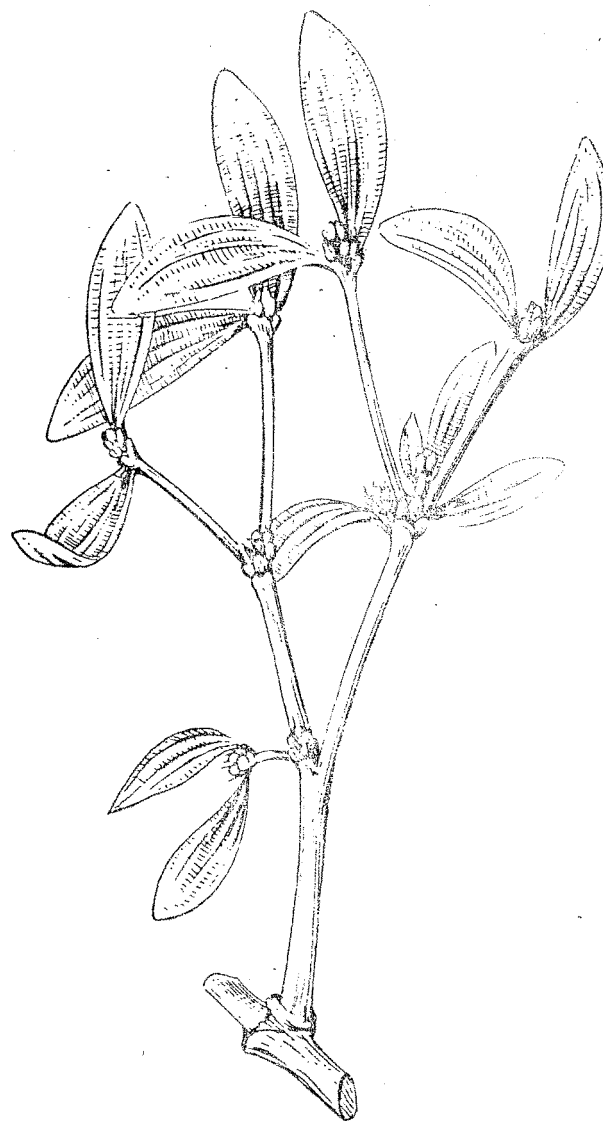


Fig. 34 Viscum

1	2	3
---	---	---

Atențiune: tratamentul se face numai sub control — viscul este o plantă parazită pe pomi fructiferi și unii plantei și proveniența sa (pe ce pom a crescut). Cel mai urmează cel crescut pe păr, brad, mesteacăn, trandafir

89. **VOLBURA** — *Convolvulus arvensis* L. Familia *Convolvulaceae*.

— toată planta (inclusiv rădăcina)

— rezine

— convolvulina

— purgativ

— jalapina

— mărește contracția vezicii biliare

— tanin

— vitamina C

— subst. minerale

Modul de preparare și administrare:

90. **ZMEURUL** — *Rubus idaeus* L. Familia *Rosaceae*.

— frunze — tanin

— astringent

— dezinfectant

— fragarină

— vitamina C

— acizi organici

Modul de preparare și administrare:

4	5
---	---

medical!

arbori. S-a stabilit că există o corelație între toxicitatea valoros visc este cel crescut pe măr. În ordine descrescândă și frasin!

Intern — purgativ
— coleretic

— dischinezii biliare
— constipatii

tinctură — tinctura se prepară din 20 g plantă uscată în 100 ml alcool de 70°; se lasă la macerat 10 zile. Se pot lua 3—4 linguri pe zi, îndulcite cu miere; prima lingură se ia dimineața pe stomacul gol.

— o linguriță de plantă pulverizată, amestecată cu miere, se ia dimineața înainte de a mânca.

Intern — antidiareic

— diaree

— scade aciditatea gastrică

— gastrită hiperacidă

— pirosis

infuzie — o linguriță de frunze la 200 ml apă clocotită; se beau 2 cealuri pe zi.

INDEX TERAPEUTIC AL AFECȚIUNILOR CARE SE TRATEAZĂ CU PLANTE MEDICINALE

Nr.	Afecțiunea	Plantele utilizate	Acțiunea
0	1	2	3
1	Abcese	— cerențel, coada șoricelului, in, mușetel, salvie, sulfină, urzică moartă.	— antiinflamatoare — antiseptică
2	Acnee	— brusture, cicoare, fasole, frasin, gălbenele, hamei	— astringentă — detoxifiantă — antiseptică — antiinflamatoare
3	Aftoză bucală	— salvie, sulfină	— antiseptică — antiinflamatoare
4	Amigdalită	— cerențel, mușetel, salvie, tei	— antiseptică — antiinflamatoare
5	Anemie	— coada calului, coada ra- cului, țintaură	— remineralizantă
6	Anghină pecto- rală	— păducel, rostopască, vîsc	— vasodilatatoare centrală și perife- rică
7	Angiocolite	— anghinare, cicoare, cru- șin, frasin, sunătoare	— coleretică — colagogă — antiinflamatoare
8	Anorexie	— anason, anghinare, busu- ioc, cimbru, coriandru, fenicul, ghințură, hamei, ienupăr, isop, măghiran, mușchi de piatră, roiniță, talpa găștei, turită mare, unguraș	— crește secrețiile gastrice
9	Arterite	— păducel, rostopască, tal- pa găștei, vîsc	— vasodilatatoare periferică
10	Arsuri	— coada șoricelului, frasin, gălbenele, mușetel, plop, stejar, schinel, sunătoare, re, tătâneasă	— trofică și calman- tă
11	Astm bronșic	— cimbru, fenicul, isop, pătlagină, potbal, talpa găștei	— antiseptică — expectorantă — antispastică

0	1	2	3
12 Ateroscleroză — cu hipertensiune	— visc, traista ciobanului — anghinare, mesteacăn, pădăie		— hipotensivă — scade colesterolul din sânge
— fără hipertensiune	— anghinare, mesteacăn, pădăie		— scade colesterolul din sânge
13 Avitaminoză	— cătină, măceș, urzică		— aport important de vitamine
14 Blefarită	— fenicul, pătlagină, sulfina		— antiseptică
15 Boli renale cu albuminurie	— mesteacăn, porumb		— diuretică — antiseptică — antiinflamatoare
16 Bronșite (diverse)	— busuioc, cimbru, coada șoricelului, fenicul, iarbă mare, isop, leaupăr, lumnărică, nalbă, mușchi de piatră, pătlagină, pin, plop, potbal, salvie, scal vînăt, sovrîf		— antitensivă (antitusivă)
	— lumnărică		— antiinflamatoare
	— busuioc, iarbă mare, lumnărică, potbal		— antiseptică
	— anason, busuioc, cimbru, ciuboșica cucului, coada calului, coada șoricelului, fenicul, iarbă mare, isop, lemn dulce, lumnărică, nalbă, plămănică, plop, potbal, salvie, săpunariță, sulfina, tătăneasă, tei, trei frați pătați, unguraș, urzică moartă		— expectorantă
	— coada calului, coada șoricelului, păducel, sovrîf, isop		— bronhodilatatoare
	— muștar negru		— revulsivă
17 Calculoză biliară	— brusture		— lizează calculii
	— turită mare		— elimină calculii
18 Calculoză renală	— coada racului, mesteacăn, măceș, osul iepurelui, porumb		— împiedică formarea calculilor
	— turită mare		— elimină calculii

1	2	3
19 Ciroză hepatică	— anghinare	— coleretică
20 Cistită	— fasole, in, merișor, osul iepurelui, pin, pir, po- rumb	— diuretică — antiseptică
21 Colecistită	— anghinare, cicoare, cru- șin, frasin, găbenele, ghințură, iarbă mare, izmă, levănțică, măceș, mușchi de piatră, săpu- narită, tei, trei frați pă- tați, turită mare, ținta- ură, unguraș, volbură — coada șoricelului, rosto- pască	— antispastică
22 Colită	— mur, mușetel, sunătoare, roiniță	— antidiareică — antiinflamatoare
23 Conjunctivită	— mușetel, pătlăgină, fen- cul, sulfină	— antiseptică — antiinflamatoare
24 Constipații	— anghinare, cicoare, cru- șin, in, lemn dulce, muș- tar alb, păpădie, pelin, soc, trei frați pătați	— laxativă
25 Contuzii	— crușin, lemn dulce, vol- bură	— purgativă
26 Degerături	— ciuboșica cucului — găbenele, schinel	— antiinflamatoare — reface circulația sîngelui
27 Diabet zaharat	— afin, brusture, dud, fa- sole, frag, nuc, salvie, urzică	— hipoglicemizantă
28 Diaree	— afin, albăstrele, busuioc, cătină, cerențel, ciureș, coada calului, coada racu- lui, dud, frag, izmă, mur, merișor, mușetel, nuc, pătlăgină, plămînică, porumbar, răchitan, roi- niță, stejar, tătăneasă, traista ciobanului, tran- dafir, troscot, turită ma- re, urzică, urzică moartă, zmeur	— antidiareică
29 Dischinezii biliare	— anghinare, cicoare, cru- șin, frasin, găbenele, le- vănțică, măceș, mușchi de piatră, săpunariță,	— colagogă

trei frați pătați, tel, turtă mare, tîntaură, ungu-raș, volbură

— anghinare, cicoare, cru-

șin, frasin, găbenele, măceș, păpădie, roiniță, salvie, sunătoare, volbură

— coada șoricelului, rostopască

30 Dismenoree

— cerențel, coada șoricelului, coada racului, găbenele, frasin, lemn dulce, mușetel, traista ciobanului

31 Dispepsie gastro-intestinală

— salcîm, sunătoare, zmeur

— anason, busuioc, chimen, coada șoricelului, coriandră, fenicul, ienupăr, izmă, levănțică, măghiran, mușetel, obligeană, roiniță, salvie

32 Eczele

— uscate

— umede

33 Emfizem

pulmonar

— potbal

34 Enterite

— acute

— cronice

35 Enterocolite

36 Faringite

— anghinare, busuioc, izmă, mușchi de piatră, roiniță

— iarbă mare, mușetel

— brusture

— coada șoricelului, găbenele, mușetel, nuc, săpună, nară

— antispastică

— emolientă

— expectorantă

— antiseptică

— antidiareică

— antiseptică

— antidiareică

— antiinflamatoare

— antispastică

— antiinflamatoare

— antiseptică

— antiinflamatoare

37	Fistule anale	— stejar, măr, mușetel, pelin, urzică	— dezinfectantă — hemostatice — cicatrizantă — remineralizantă — detoxifiantă — antiseptică — astringentă — hiperacidă — hipoacidă
38	Fracturi	— pîr	
39	Paranculoză	— brusture, cicoare, in, nalbă, nuc, săpunariță, soc, trei frați pătași	
40	Gastrită	— pelin, schinel, sovrîr	
41	Gingivite	— coada calului, dud, pădăie, salcîm, zmeur	
42	Gripă	— coada racului, cereușel, mușetel, salvie, sulfina, stejar, talpa gîștel	— antiseptică — antiinflamatoare
43	Gută	— ghintură, pîr, salcie, salvie, tei, țintaură, ungu-raș	— antitermică
44	Hemoroizi	— coada racului, iarbă mare, ienupăr, merișor, mesteacăn, păpădie, pîr, porumb, porumbar, salcie	— diuretică — elimină acidul uric
		— cereușel, coada șoricelului, frasin, mușetel, pelin, stejar	— analgetică
45	Hepatită cronică	— cereușel, urzică	— antihemoragică
		— coada șoricelului, mușetel	— protectoare a mucoasei anoretale
		— frasin, mușetel, pelin, stejar, sunătoare	— antiinflamatoare
		— anghinare, cicoare, crușin, frasin, găbenele, măceș, păpădie, roiniță, salvie, sunătoare, volbură	— coleretică
46	Hidroplzie	— coada șoricelului, sunătoare	— antispastică
47	Hiperhidroză	— fasole, ienupăr, mesteacăn, osul iepurelui, pelin	— diuretică
48	Hipermenoree	— nuc, stejar	— oprește transpirația
49	Hipertensiune arterială	— coada șoricelului, coada racului, traista ciobanului, urzică	— antihemoragică
		— isop, mesteacăn, păducel, pătlagină, sulfina, talpa gîștei, troscot, visc	— hipotensivă

- 50 Hipertensiune arterială
— traista ciobanului — restabilește tonusul arterial
— busuioc, cămin, fenicul, soc — crește secreția de lapte
- 51 Hipogalactie
— busuioc, cămin, fenicul, soc — crește secreția de lapte
- 52 Insuficiență cardiacă
— păducel, traista ciobanului, visc — cardiotonică
- 53 Insuficiență cardiacă cu edeme
— albăstrele, anguinare, brusture, busuioc, cicoare, cireș, coada calului, fasole, fenicul, iarbă mare, izmă, levănțică, măceș, măgăriră, merișor, mesteacăn, osul iepurei, lui, păpădie, pir, plămî-nărie, plop, porumb, porumb, soc, sulfină, tei
- 54 Insuficiență renală cronică cu edeme
— mesteacăn — diuretică
- 55 Intoxicații
— cicoare, fasole, mesteacăn, osul iepurei, păpădie, pir, porumb, trei frați pătași
- 56 Intoxicații
— arnică, mușchi de piatră, nalbă, pătlagină
- 57 Menopauză
— hamei, lemn dulce, salvie
- 58 Metroanexite (leucoree)
— urzică moartă
- 59 Metroragie
— coada racului, frasin, gălbenele, mușetel, mur, nuc, răchitan, stejar, urzică moartă — trompelor uterine
- 60 Metrită cronică
— traista ciobanului, frasin, gălbenele, mătase de porumb, salvie, stejar, urzică
- 61 Nevroză
— hamei, iarbă mare, levănțică, odolean, păducel, rostopască, sovin, sulfină, talpa găștei, salvie, tei
- antiinflamatoare
— antiseptică
— diuretică
— sedativă

0	1	2	3
---	---	---	---

	— hamei, măghiran, odolean, păducel, salcie, sulfină, tei, urzică moartă	— hipotonică
62 Nevroză cardiacă	— odolean, talpa găștei, levănțică	— neurosedativă
63 Obezitate	— osul iepurelui, păpădie, soc, urzică	— elimină apa din țesuturi
64 Plăgi	— arnică, cimbru, frasin, gălbenele	— cicatrizantă
	— iarbă mare, pelin, plop, răchitan, roiniță, salcie, salvie, săpunariță, sunătoare	— antiseptică
65 Pielite	— cireș, merișor, pir, plop	— diuretică
66 Pneumonie	— ciuboțica cucului, muștar negru	— antiseptică
67 Răceală	— busuioc, ghințură, pir, salcie, salvie, tei, soc, țințaură	— revulsivă
	— brusture, frasin, gălbenele, ienupăr, isop, izmă, luminărică, mesteacăn, mușetel, pir, salcie, soc, tei	— antitermică
		— provoacă transpirație
68 Rahitism	— muștar negru	— revulsivă
	— nuc	— fortifiantă a organismului
69 Reumatism anti-inflamator osteo-articular (artrite)	— coada racului, fasole, frasin, lemn dulce, mesteacăn, porumb, salcie, tătâneasă	— antiinflamatoare
	— salcie, salvie	— analgetică
	— cimbru, frasin, fasole, gălbenele, izmă, mesteacăn, mușetel, nuc, pin, pir, levănțică, salcie, salvie, urzică	— antiinflamatoare
		— analgetică
70 Reumatism degenerativ (artroză)	— cimbru, frasin, fasole, levănțică, gălbenele, izmă, mesteacăn, mușetel, nuc, pin, salcie, salvie, sovrin, urzică	— băi; activează circulația sângelui
		— antiinflamatoare articulară
		— analgetică

0	1	2	3
71	Seboree	— brusture, cimbru, hamei, salvie, stejar, urzică	— detoxifiantă — antiseptică — astringentă
72	Tahicardie	— păducel, rostopască, vișc	— reduce frecvența pulsului
73	Traheite	— lemn dulce, mușchi de piatră, pătlagină, sovîrf	— emolientă — expectorantă — antiseptică
74	Trichomonas vaginalis	— frasin, hamei, gălbenele	— antiprotozoare
75	Tuberculoza pielii	— rostopască	— antiseptică — cicatrizantă
76	Tuse convulsivă	— fenicul, porumbar, scări vînat, sovîrf, vișc	— antispastică
77	Ulcer gastrointestinal	— busuioc, coada calului, dud, frasin, gălbenele, lemn dulce, pătlagină, plămîntărică, sunătoare, tătăncasă	— cicatrizantă — protectoare a mucoasei gastrointestinale
78	Ulcer gastroduodenal cu melene	— stejar, răchitan	— antihemoragică — cicatrizantă
79	Ulcer varicos	— păpădie, salvie	— cicatrizantă — reface circulația sanguină defectuoasă
80	Uretrite	— pin	— diuretică — antiinflamatoare
81	Urticarii	— cătină, izmă, trei frați pătați, turită mare	— detoxifiantă
82	Vaginită atrofică	— frasin, gălbenele, mușetel, nalbă, salvie, stejar, sunătoare, urzică	— (macerat în ulei) — dezinfectantă — emolientă
83	Varice	— păpădie, salvie	— cicatrizantă — protectoare — venotonică
84	Viermi intestinali	— anason, afin, cimbru, coriandră, ghînțură, iarbă mare, pelin, săpunariță	— restabilește circulația sanguină — antihelmintică

CEAIURILE MEDICINALE DE LARGĂ CIRCULAȚIE

Nenumăratele cercetări, fitochimice, biochimice, agrobiologice și farmacodinamice, efectuate asupra plantelor medicinale, au confirmat „fitoterapia”, o ramură importantă în terapia modernă, ca procedeu și concepție științifică în vindecarea bolilor cu ajutorul plantelor medicinale.

Vechea tradiție de folosire a plantelor medicinale în mod empiric, se baza de fapt, pe realele proprietăți terapeutice ale acestora.

Astăzi, plantele medicinale sunt utilizate în mod științific, pe baza acțiunii ce le-o conferă compoziția lor chimică. Tendința de revenire la produsele naturale face ca industria farmaceutică să folosească ca materie primă tot mai mult plantele

medicinale. Folosirea acestora pe scară tot mai largă a fost adoptată atât în scop terapeutic, cât și în scop alimentar, cosmetic și industrial.

În țara noastră, conducerea superioară de partid și de stat pune un accent deosebit pe îmbunătățirea activității de producere și valorificare a plantelor medicinale și aromatice și diversificarea sortimentelor de medicamente, pe bază de extracte vegetale sau alte forme.

Din punct de vedere terapeutic, s-a constatat că plantele medicinale sunt utile în tratarea multor boli, cu condiția ca diagnosticul să fie stabilit de medic.

De aceea ceaiurile medicinale din țara noastră, ce se găsesc în farmacii și magazinele Plafar, sunt rețete științifice, preparate după formule bine stabilite, întocmite, verificate și controlate de specialiști. Prin stabilirea compoziției unui ceai medicinal, s-a urmărit realizarea scopului său terapeutic cu maximă eficiență și totală lipsă de nocivitate. Fiecare plantă medicinală ce intră în compoziția unui ceai, a fost studiată și apreciată ca fiind plantă medicinală, cu calități terapeutice. Asocierea plantelor într-o compoziție de ceai, se

bazează pe synergism (Insumare de efecte), ceea ce aduce o calitate în plus ceaiului respectiv. Dar aceasta trebuie, de asemenea, hotărâtă în urma unor determinări științifice, fiindcă asocierea necorespunzătoare a plantelor poate aduce și anularea efectelor lor terapeutice.

Capitolul de față, care cuprinde ceaiurile medicinale, ce se găsesc în farmacii și magazinele plavfar, își propune să ajute cititorul în înțelegerea modului de acțiune și a efectelor farmacodinamice ale acestora, în scopul unei corecte utilizări.

CEAI ANTI-ASTMATIC

Compoziție: frunze și flori de păducel, flori de ceada șoricelului, frunze de salvie, frunze de potbal, cimbrisor, frunze de mentă, isop, unguraș, talpa gîștei.

Acțiune farmacodinamică: mucilagiiile din potbal au acțiune emolientă fluidificind secrețiile bronșice, favorizînd expectorația. Uleiurile volatile din salvie, isop, coada șoricelului și unguraș au acțiune anti-septică și expectorantă.

Leonurina din talpa gîștei și păducel acționează ca sedativ cardiovascular.

Derivații triterpenici, crateguslactona, acizii: ursolic, oleanolic și crategic, bazele purinice, adenina și guanina și derivații flavonici din păducel, acționează ca vasodilatatoare coronariene și stimulente ale sistemului nervos central și al respirației, precum și ca bronhodilatatoare.

Mentolul din mentă, tuiona, pinenul și cineolul din salvie, intervin ca antispastice și expectorante.

Utilizare: astm bronșic. Tratamentul se completează cu țigări antiastmatice.

Administrare: infuzie 2 g/o; se beau 2-3 pahare pe zi; se poate îndulci.

Prezentare: cutii conținînd 70 g ceai.

CEAI ANTIBRONȘITIC

Compoziție: rădăcină de ciuboțica cucului, rădăcină de iarbă mare, muguri de pin, frunze de pătlagină, frunze de urzică, frunze de potbal, sovîr.

Acțiune farmacodinamică: mucilagiiile din plante fluidifică secrețiile bronșice, favorizînd expectorația.

Saponinele din ciuboțica cucului au efecte secretolitice și expectorante.

Uleiul volatil din pin și sovîrș, conținînd timol, carvacrol, pinen, borneol, tuion și elentolactonă, acționează ca bronhodilatator îmbunătățind respirația.

Vitaminele A, C și K din urzică au acțiune cicatrizantă și antihemoragică.

Utilizare: bronșite acute și cronice.

Administrare: infuzie 2 g ‰; 2–3 ceaiuri pe zi, a 250 ml fiecare. Se poate îndulci după gust.

Prezentare: cutii conținînd 60 g ceai.

CEAI ANTICOLITIC

Compoziție: flori de mușețel, frunze de roiniță, flori de coada șoricelului, frunze de mentă, sunătoare, talpa gîștei, capsule de mac, fenicul.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile, bogate în azulen, din mușețel și coada șoricelului, exercită o acțiune antispastică, dezinfectantă și antiinflamatoare asupra mucoasei intestinale.

Substanțele active din fenicul, roiniță și mentă au efecte antispastice, dezinfectante, carminative și antiemetice.

Taninul din sunătoare acționează ca cicatrizant și astringent, cu efecte bune în colitele cronice. Leonurina, stahidrina și uleiul volatil din talpa gîștei și substanțele active din capsulele de mac imprimă produsului proprietăți sedative nervoase.

Utilizare: colite și enterocolite acute și cronice.

(Enterita este inflamația intestinului subțire și colita, inflamația intestinului gros. În cele mai multe cazuri aceste afecțiuni sînt asociate, în care caz, boala se numește enterocolită).

Administrare: infuzie 2 g ‰; se beau 2–3 ceaiuri pe zi, neîndulcite.

Prezentare: cutii conținînd 60 g ceai.

CEAI ANTIDIAREIC

Compoziție: frunze de nuc, coajă de stejar, rădăcină de cerențel, turiță mare, răchitan, cimbrisor, mentă.

Acțiune farmacodinamică: taninurile pe care le conțin plantele precipită proteinele, acționînd ca astringent.

Fenolii și juglona din nuc, lawsona din răchitan și eugenolul din cerențel, precum și alte principii

active din plante, exercită o acțiune antiseptică asupra florei microbiene.

Utilizare: colite și enterocolite.

Administrare: decoct 2 g⁰/₀; se beau 2–3 ceaiuri, a 250 ml, pe zi, neîndulcite.

Prezentare: cutii conținând 75 g ceai.

CEAI ANTIREUMATIC

Compoziție: frunze de mesteacăn, frunze de frasin, fructe de ienuper, flori de soc, teci de fasole, coada calului, coajă de salcie.

Acțiune farmacodinamică: equisetonina, luteozida, izovercetolul din coada calului și betulozida din mesteacăn, acționează ca dizolvante ale cristatelor de urați, iar prin diureza și sudorația produsă de tecile de fasole, fructele de ienuper, mesteacăn și coada calului, elimină toxinele din corp.

Saligenolul și salicina din coaja de salcie acționează ca analgetice și antitermice.

Utilizare: completează tratamentul indicat de medic în reumatismul acut, cronic și în artrita urică (gută).

Administrare: infuzie 2 g⁰/₀, se fierbe 1–2 minute; se ia de pe foc și se lasă în repaus 10–15 minute: se beau trei cești, a 250 ml de ceai, pe zi.

Prezentare: cutii conținând 75 g ceai.

CEAI AROMAT

Compoziție: frunze de frag, frunze de roiniță, frunze de zineur, frunze de măceș.

Substanțele din plante dau ceaiului un gust plăcut, acrișor.

Utilizare: în scopuri alimentare.

Prezentare: cutii conținând 90 g ceai.

CEAI CALMANT

Compoziție: flori de tei, frunze de păducel, rădăcină de odolean, conuri de hamei, talpa gîștei.

Acțiune farmacodinamică: esterul valerianic din uleiul volatil din hamei exercită o acțiune sedativă; valerianatul de bornil și uleiul volatil din odolean micșorează excitabilitatea nervoasă; uleiul volatil, bogat în farnezol, din florile de tei, are acțiune antiseptică și neurosedativă.

Leonurina și celelalte substanțe din păducel acționează ca sedativ nervos și cardiovascular.

Utilizare: calmant în stări de excitație.

Administrare: infuzie 2 g⁰/₀; câte un pahar de 200 ml, la nevoie.

Prezentare: cutii conținând 50 g ceai.

CEAI CALMANT IMPOTRIVA TULBURĂRILOR CARDIACE

Compoziție: flori și frunze de păducel, rădăcină de odolean, flori de tei, talpa gîștei, frunze de mentă.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil și valerianatul de metil, din rădăcinile de odolean, calmează excitațiile nervoase.

Leonurina din păducel și talpa gîștei, precum și celelalte substanțe active, exercită o acțiune sedativă asupra complexului nervos cardiovascular.

Uleiurile volatile, din florile de tei și frunzele de mentă, acționează ca sedative nervoase și cardiace, completînd acțiunile principiilor celorlalte plante.

Utilizare: tulburări cardiace de origine nervoasă, manifestate prin tahicardie, hipertensiune și palpitații.

Administrare: infuzie 2 g⁰/₀; la nevoie; dimineața și seara câte un pahar de 250 ml de ceai cald.

Prezentare: cutii conținînd 80 g ceai.

CEAI CONTRA COLICILOR

Compoziție: flori de mușețel, flori de coada șoricelului, capsule de mac, frunze de roiniță, frunze de mentă, fenicul, cimbru de cultură.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile, din roiniță și mușețel, au acțiune antispastică și carminativă.

Uleiurile volatile din cimbru de cultură și mentă, precum și azulenele din mușețel, acționează ca antispastice și antiinflamatoare.

Alcaloizii din capsulele de mac și uleiurile volatile din fenicul imprimă ceaiului efecte sedative.

Utilizare: în colicile gastrointestinale; carminativ.

Administrare: infuzie 2 g⁰/₀; se beau 2-3 ceaiuri a 250 ml, pe zi.

Prezentare: cutii conținînd 70 g ceai.

CEAI CONTRA COLICILOR PENTRU COPII

Compoziție: frunze de mentă, flori de mușețel, coriandru, fenicul.

Acțiune farmacodinamică: asemănătoare cu a ceaiului contra colicilor pentru adulți, avînd o compoziție similară.

Diferența constă în adăugarea coriandrului, care acționează ca antispastic gastrointestinal (calmant) și carminativ, stimulînd în același timp pofta de mîncare.

Utilizare: în colici gastrointestinale.

Administrare: infuzie 1 g/o; ușor îndulcită; cîte 50–100 ml de trei ori pe zi.

Prezentare: cutii conținînd 80 g ceai.

CEAI DEPURATIV

Compoziție: cicoare, flori de soc, păpădie, trei frați pătați.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din cicoare și soc au acțiune diuretică, depurativă, laxativă și coleretică.

Saponinele triterpenice și flavonele, viola, quercitina și rutozida din trei frați pătați, completează efectele celorlalte plante.

Utilizare: acnee, furunculoză, diuretic, indicat în obezitate.

Administrare: infuzie 2 g/o; se beau 2–3 ceaiuri pe zi, a 250 ml, din care unul seara la culcare.

Prezentare: cutii conținînd 70 g ceai.

CEAI DIETETIC

Compoziție: frunze de afin, frunze de nuc, frunze de dud, teci de fasole, păpădie, frunze de mentă.

Acțiune farmacodinamică: mirtilina din frunzele de afin, aminoacizii din tecile de fasole, uleiul volatil din frunzele de nuc și substanțele active din frunzele de dud, imprimă produsului o acțiune slab hipoglicemiantă.

Arbutina și hidrochinona din frunzele de afin și uleiul volatil din frunzele de nuc, acționează ca antiseptice. Substanțele active din mentă și păpădie dau bune rezultate în dischineziile biliare. Produsul are și acțiune antidiareică.

Utilizare: adjuvant în tratamentul diabetului zaharat. Tulburări cronice de digestie.

Administrare: infuzie 2 g‰; se beau 2–3 ceaiuri pe zi, a 250 ml, neîndulcite.

Prezentare: cutii conţinând 65 g ceai.

CEAI DIURETIC

Compoziție 1: flori de albăstrele, frunze de mesteacăn, frunze de merișor, rădăcină de osul iepurelui, rizomi de pir, mătase de porumb, semințe de măceș, coada calului.

Compoziție 2: codițe de cireșe, mătase de porumb, coada calului, coada șoricelului, zămoșită.

Acțiune farmacodinamică: glucozidele din albăstrele, betulozida din mesteacăn, flavonele și, arbutozida din merișor, derivații flavonici și triterpenici din osul iepurelui, saponinele, flavonele și sărurile de potasiu din pir, mătasea de porumb și codițele de cireșe, au acțiune puternic diuretică. Arbutina și hidrochinona din merișor, uleiul volatil din coada calului și azulenul din coada șoricelului sînt antiseptice renale.

Utilizare: diuretic, afecțiuni renale.

Administrare: decoct 5 g; la 250 ml apă; se lasă 15 minute în repaus, apoi se continuă fierberea

10 minute; se beau 2–3 ceaiuri calde pe zi. Se poate îndulci.

Prezentare: cutii conţinând 85 g ceai.

CEAI GASTRIC

Compoziție 1: flori de coada șoricelului, flori de gălbenele, flori de mușetel, rădăcină de odolean, frunze de mentă, pădăie.

Compoziție 2: flori de gălbenele, troscot, coada șoricelului, sunătoare, anason, țintaură, coriandru.

Acțiune farmacodinamică: azulenul și principiile active din mușetel și coada șoricelului acționează ca antiseptice și antiinflamatoare, carminative, hipoacidifiante și calmante ale colicilor gastrice.

Principiile active din mentă au efecte antiemetice și antidiareice.

Uleiurile volatile din anason și odolean, acționează ca antispastice gastrointestinale și carminative.

Principiile amare și uleiul volatil din gălbenele au efecte antiinflamatoare și cicatrizante, contribuind la refacerea țesuturilor ulcerate.

Principiile active din troscot și țintaură, uleiurile volatile din anason și coriandru, precum și glucozidul amar, achileina din coada șoricelului, măresc pofta de mâncare.

Utilizare 1: ulcer gastric și duodenal.

Utilizare 2: afecțiuni gastrice cu hiperaciditate și balonări abdominale.

Administrare 1: infuzie 1 g⁰/₀; se lasă acoperit timp de 40 minute; ceaiul se bea cald sau rece, în două reprize, după mesele principale. Se face o cură mai îndelungată, aproximativ de două luni, respectându-se regimul dietetic indicat de medic.

Administrare 2: infuzie 2 g⁰/₀; se beau trei ceaiuri pe zi, a 250 ml, câte unul după fiecare masă principală.

Prezentare 1: cutii conținând 60 g ceai.

Prezentare 2: cutii conținând 70 g ceai.

CEAI HEPATIC

Compoziție: flori de coada șoricelului, frunze de mentă, coajă de crușin, fructe de măceș, rădăcină de pădărie, mătase de porumb, turiță mare, rostopască, sunătoare, volbură.

Acțiune farmacodinamică: hipericina, chelidonia și uleiul esențial din mentă, au efecte antispastice, antiinflamatoare și dezinfectante biliare. Sunătoarea acționează ca antiinflamatoare biliară. Rostopasca calmează colicile biliare.

Turița mare, prin substanțele amare, are efect colagog și excită secrețiile gastrointestinale.

Oximetilantrachinonele din crușin și rezinele, convolvulina și jalapina din volbură, acționează ca laxative, crescând peristaltismul intestinal; de asemenea au efect colagog.

Utilizare: colecistită, dischinezii biliare.

Administrare: decoct 2 g⁰/₀; se fierbe 1–2 minute; se lasă vasul acoperit 15 minute; se beau trei pahare a 250 ml, câte unul înaintea meselor principale.

Prezentare: cutii conținând 80 g ceai.

CEAI LAXATIV

Compoziție: frunze de roiniță, coajă de crușin, volbură.

Acțiune farmacodinamică: compușii oximetilantrachinonici din coaja de crușin și rezinele din vol-

bură, au acțiune laxativă sau purgativă în funcție de doză.

Uleiul volatil și acidul cafeic din roiniță au efecte antispastice, calmînd colicile intestinale.

Utilizare: constipații cronice.

Administrare: decoct 2 g⁰/₀; se fierbe 3–4 minute; se lasă vasul acoperit încă 15 minute; se bea toată cantitatea seara la culcare (250 ml). La nevoie se repetă doza.

Prezentare: cutii conținînd 80 g ceai.

CEAI LAXATIV ANTIHEMOROIDAL

Compoziție: coajă de crușin, flori de coada șoricelului.

Acțiune farmacodinamică: compușii oximetilantrachinonici din coaja de crușin au acțiune purgativă.

Uleiul volatil bogat în azulen din coada șoricelului, acționează ca protector, antiseptic și calmant al mucoasei anorectale.

Utilizare: constipații cronice și hemoroizi.

Administrare: decoct 2 g⁰/₀; se fierbe timp de 3–4 minute, apoi se lasă vasul acoperit 15 mi-

nute, se beau 2–3 ceaiuri pe zi, a 250 ml fiecare.

Prezentare: cutii conținînd 90 g ceai.

CEAI PENTRU GARGARĂ

Compoziție: frunze de salvie, frunze de nalbă mare, flori de mușetel, capsule de mac, rădăcină de cerențel, cimbrisor.

Acțiune farmacodinamică: mucilagiile din nalbă au acțiune emolientă.

Uleiul volatil din mușetel bogat în azulen și timol împreună cu substanțele active din cimbrisor, salvie și cerențel, au acțiune dezinfectantă și antiinflamatoare locală, reducînd secrețiile mucoaselor inflamate. Tuionul din plante acționează ca astringent.

Alcaloizii din capsulele de mac au acțiune anestezică.

Utilizare: afecțiuni ale căilor respiratorii superioare (amigdalite, faringite, laringite).

Administrare: decoct, 3–4 linguri de plante la 500 ml apă clocotită; se fierbe 1–2 minute; se

lasă vasul acoperit încă 5 minute; se face gar-gară cu ceaiul cald, de câteva ori pe zi.

Prezentare: cutii conținând 60 g ceai.

CEAI PECTORAL

Compoziție: flori de ciuboțica cucului, flori de nalbă, flori de tei, frunze de nalbă mare, isop, cimbru de cultură, trei frați pătați.

Acțiune farmacodinamică: timolul și carvacrolul, conținute în uleiul volatil din cimbru de cultură, acționează asupra sistemului nervos, producând bronhodilatație și ameliorând respirația.

Flavonele din trei frați pătați ușurează expectorația. Saponinele din ciuboțica cucului au acțiune expectorantă.

Mucilagiile din tei și nalbă sînt emoliente și anti-inflamatoare ale căilor respiratorii superioare. Uleiurile volatile din isop și tei au acțiune emolientă, expectorantă și antispastică.

Utilizare: bronșite acute și cronice, gripă, răceală, laringite.

Administrare: infuzie 2 g/o; se beau 2-3 ceaiuri pe zi.

Prezentare: cutii conținând 60 g ceai.

CEAI SEDATIV

Compoziție: flori de tei, capsule de mac, rădăcină de odolean, conuri de hamei, talpa gîștei, sovîrf.

Acțiune farmacodinamică: majoritatea plantelor intrînd în compoziția ceaiului calmant, au acțiune asemănătoare acestuia.

În plus, uleiul volatil din sovîrf și principiile active din capsulele de mac, asemănătoare opiumului și morfinei, acționează ca sedative nervoase și hipnotice.

Utilizare: stări de excitație nervoasă, insomnie.

Administrare: infuzie; o linguriță la 350 ml apă clocotită; se bea toată cantitatea seara la culcare; în cazuri de insomnie rebelă, se mai bea un ceai după amiază.

Prezentare: cutii conținând 50 g ceai.

CEAI SUDORIFIC

Compoziție: flori de tei, flori de soc, flori de mușetel, rizomi de pir, isop.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil din soc, mărește secreția glandelor sudoripare, producînd

sudorație; în acest fel elimină toxinele din corp și apa din țesuturi.

Uleiul volatil din mușetel și uleiul volatil din isop, au acțiune antiseptică asupra aparatului respirator.

Saponinele din pir au o acțiune puternic diuretică.

Utilizare: gripă, răceală.

Administrare: infuzie 2 g/o; se beau 2-3 ceaiuri fierbinți pe zi, din care ultimul seara la culcare.

Prezentare: cutii conținând 70 g ceai.

CEAI TONIC APERITIV

Compoziție: rizomi de obligeană, rădăcină de ghințură, coriandru, măceș, țintaură, schinel, pelin.

Acțiune farmacodinamică: principiile amare din pelin, benedictina și onicina din schinel, acorina și azarona din obligeană, stimulează secrețiile gastrointestinale. Uleiurile volatile din pelin, tuionul și tuiolul, și din obligeană, azarona, aldehida azarilică și cineolul, completează acțiunea, mărinđ și peristaltismul intestinal. Heterozidele amare din ghințură declanșează senzația de foame.

Principiile active din celelalte plante completează acțiunea ceaiului.

Utilizare: convalescență, anemii, lipsa poftei de mâncare.

Administrare: infuzie 2 g/o; se iau 2-3 linguri, cu o jumătate de oră înaintea meselor principale.

Prezentare: cutii conținând 100 g ceai.

PULBERE LAXATIV-PURGATIVĂ

Compoziție: frunze de frasin, rădăcină de cicoare, rădăcină de lemn dulce, coajă de crușin, fenicul.

Acțiune farmacodinamică: manitolul din frasin, principiile active din lemnul dulce și oximetilantrachinonele din coaja de crușin, au acțiune laxativă sau purgativă în funcție de doză.

Principiile active din cicoare stimulează funcțiile hepatice și renale, avind acțiune colagogă, colectică și diuretică. Fructele de fenicul sînt ușor sedative și diuretice.

Utilizare: constipații cronice.

Administrare: o linguriță de pulbere luată ca atare cu un pahar cu apă, seara la culcare.

ȚIGĂRI ANTIASMATICE

Compoziție: frunze de măselariță, frunze de mătrăgună, frunze de laur, frunze de mentă, frunze de potbal, nitrat de potasiu.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din plante acționează ca antispastice, bronhodilatatoare și excitante ai centrilor respiratori.

Utilizare: astm bronșic, în timpul crizelor.

Administrare: se fumează pînă la calmarea tusei.

Prezentare: cutii cu 25 țigări.

CEAIURI FOLOSITE ÎN MEDICINA POPULARĂ

Din cele mai vechi timpuri omul, folosind la început, în mod întâmplător unele plante (din care multe îi serveau ca hrană), a constatat acțiunea favorabilă pe care, o parte din acestea, o aveau în alinarea unor suferințe sau vindecarea anumitor boli.

Utilizarea acestor plante s-a transmis și îmbogățit din generație în generație, constituind o valoroasă experiență, care mai târziu a fost punctul de plecare al unor studii și cercetări științifice care au dus la crearea fitoterapiei moderne.

Faptul că în medicina populară, transmisă oral, sînt răspîndite și azi, în majoritatea regiunilor țării,

o serie de rețete alcătuite din plante medicinale, dovedește că acestea au rezistat de-a lungul anilor, deoarece au efecte tămăduitoare certe, verificate în timp.

Firește, pentru ca aceste remedii din medicina populară să fie folositoare, trebuie completate, de la caz la caz, cu un regim alimentar și de viață adecvate.

De asemenea, o parte din aceste rețete pot fi folosite în completarea tratamentului medicamentos, prescris de medic.

În capitolul de față, punem la dispoziția cititorului câteva rețete, culese din diferite regiuni ale țării, care au confirmate calități tămăduitoare.

Multe alte rețete populare și plante medicinale așteaptă să fie reactualizate în lumina noilor cunoștințe ale științei și practicii medicale, dar acest fapt depinde, în primul rând, de convingerea fermă că natura în mijlocul căreia trăim, ne-a pus la dispoziție și remediile la agresiunile la care simțăm supuși, atât timp cât ne depărtăm de legile ei inflexibile și eterne.

CEAI ANTIDIABETIC

Compoziție: frunze de afin, frunze de dud, frunze de nuc, flori de gălbenele, teci de fasole, sunătoare.

Acțiune farmacodinamică: Mirtilina din frunzele de afin, aminoacizii din tecile de fasole, uleiul volatil din frunzele de nuc și substanțele active din frunzele de dud scad zahărul din sânge, ușurând activitatea pancreasului. Florile de gălbenele și sunătorea reduc inflamațiile biliare și reglează funcțiile biliare.

Utilizare: diabet zaharat, dischinezii biliare.

Modul de preparare și administrare: se amestecă bine 2 lingurițe de frunze de afin, 9 lingurițe de teci de fasole, 3 lingurițe de frunze de dud, 2 lingurițe de frunze de nuc, 2 lingurițe de flori de gălbenele și 2 lingurițe de sunătoare.

Infuzie: 3 lingurițe de amestec la 400 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, înaintea meselor principale.

CEAI CALMANT

Compoziție: flori de gălbenele, rădăcini de lemn dulce, traista ciobanului, coada racului.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil din gălbenele, glicirizina din lemnul dulce și substanțele active din traista ciobanului, acționează ca analgetice, calmând durerile din timpul ciclului.

Utilizare: dismenoree.

Modul de preparare și administrare: se amestecă bine 2 lingurițe de traista ciobanului, 4 lingurițe de coada racului, 2 lingurițe flori de gălbenele și 3 lingurițe de lemn dulce. Amestecul obținut se împarte în patru părți egale.

Infuzie sau decoct: un sfert din acest amestec se introduce în 300 ml apă clocotită; se lasă vasul acoperit 15 minute; pentru decoct se mai fierbe la foc scăzut 5 minute; se utilizează în trei reprize, după mesele principale. Tratamentul se începe cu câteva zile înainte de perioada ciclului menstrual.

CEAI CARDIOTONIC

Compoziție: frunze de păducel, frunze de visc, traista ciobanului, talpa gîștei.

Acțiune farmacodinamică: acetilcolina din traista ciobanului, bazele purinice, adenina și guanina

din păducel, saponinele triterpenice din frunzele de visc sînt vasodilatatoare coronariene.

Viscina și viscotoxina din frunzele de visc au acțiune cardiotonică; leonurina, din păducel și talpa gîștei, acționează ca vasodilatatoare periferică și sedativă a sistemului nervos. Substanțele active din visc, păducel și talpa gîștei au acțiune ușor hipotensivă. De asemenea, păducelul acționează ca bronhodilatator și stimulent al respirației.

Utilizare: insuficiențe cardiace, anghină pectorală.

Modul de preparare și administrare: macerare la rece: se introduce cîte o linguriță rasă din fiecare plantă în 300 ml apă, la temperatura camerei. Se lasă la macerat 8 ore. Se bea în trei reprize, în decursul unei zile, ultima parte, de preferință, înainte de culcare.

CEAI CARMINATIV

Compoziție: frunze de mentă, fructe de fenicul, rizomi de obligeană, busuloc.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din plante cresc secreția gastrică, ajutînd la normalizarea digestiei.

Utilizări: balonări abdominale.

Modul de preparare și administrare: infuzie — o linguriță de busuioc, o linguriță de frunze de mentă, o linguriță de rizomi de obligeană, 3–4 fructe de fenicul, la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, după mesele principale.

CEAI DE CICOARE

Compoziție: rădăcină de cicoare.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil și substanțele active din plantă au acțiune colagogă și coleretică; de asemenea, cresc peristaltismul intestinal.

Utilizare: hepatite cronice evolutive, hepatite cronice stabilizate, dischinezii biliare, constipații cronice, acnee, furunculoză.

Modul de preparare și administrare: decoct: 2 lingurițe la 200 ml apă, se fierbe 5 minute, se lasă să se decanteze (limpezească); se bea o treime pe stomacul gol dimineața, iar restul în două reprize, înaintea meselor principale. Se poate bea neîndulcit.

Contraindicații: afecțiuni acute hepato-biliare.

CEAI DIURETIC 1

Compoziție: frunze de nuc, codițe de cireșe, rizomi de pir, coada calului.

Acțiune farmacodinamică: saponinele din rizomii de pir și sărurile de potasiu din codițele de cireșe au acțiune puternic diuretică; uleiurile volatile din coada calului, din frunzele de nuc și din rizomii de pir au acțiune antiseptică; saponinele din rizomii de pir produc sudorație, scăzând febra.

Utilizare: diuretic, infecții renale însoțite de febră.

Modul de preparare și administrare: decoct: o linguriță coada calului, 2 lingurițe rizomi de pir, o linguriță frunze de nuc, o jumătate pumn de codițe de cireșe, la 400 ml apă; se fierbe 10 minute; se bea fracționat în 2–3 reprize, în decursul unei zile.

CEAI DIURETIC 2

Compoziție: flori de gălbenele, flori de coada șoricelului, rădăcină de cerențel, coada calului.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din

gălbenele și coada șoricelului și eugenolul din rădăcinile de cerențel acționează ca dezinfectante ale tractului intestinal; uleiurile volatile din coada calului și coada șoricelului au acțiune antiseptică; uleiul volatil din florile de gălbenele produce sudorație, scăzând febra.

Utilizare: infecții renale și intestinale concomitente, urmate de febră, infecții colibacilare.

Modul de preparare și administrare: infuzie: câte o linguriță rasă din fiecare plantă la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, în decursul unei zile.

CEAI PENTRU ENTEROCOLITE DE FERMENTAȚIE

Compoziție: frunze de mentă, frunze de nuc, roiniță.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din frunzele de mentă și roiniță au efect bacteriostatic intestinal; hidrojuglona din frunzele de nuc este antiseptică gastrointestinală; taninul din frunzele de nuc și roiniță precipită proteinele în trac-

tul intestinal, acționând ca astringent; linalolul din roiniță are efect carminativ.

Alte substanțe din plante acționează ca antispas-tice gastrointestinale și regulatoare ale funcțiilor hepatice.

Utilizare: enterocolite cronice, diarei infecțioase, dischinezii biliare cu tulburări de tranzit intestinal.

Modul de preparare și administrare: infuzie: câte o linguriță din fiecare plantă la 300 ml apă clocotită; se ține vasul acoperit circa 20 minute, apoi se strecoară și se bea în trei reprize, înaintea meselor principale.

În enterocolitele acute și diarei infecțioase, nu se consumă timp de 24 ore decât orez fiert în apă sub formă de supă sau pilaf, fără grăsime (o ceașcă de orez la 1 kg apă se fierbe până rămâne o cană de supă de orez).

CEAI EXPECTORANT 1

Compoziție: frunze de pătlagină, cimbrisor, scai vinăt.

Acțiune farmacodinamică: saponinele din scaiul vinăt, uleiul volatil din cimbrisor și mucilagiile

(pentazone, acid polikronic) din pătlagină, exercită o acțiune puternic antitusivă (antispastică). De asemenea sînt emoliente și expectorante.

Utilizare: tuse, tuse convulsivă, bronșită.

Modul de preparare și administrare: Infuzie: o jumătate linguriță scai vinăt, o linguriță cimbrisor, o linguriță pătlagină, la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în 3-4 reprize, în decursul unei zile.

CEAI EXPECTORANT 2

Compoziție: flori de tel, rădăcină de nalbă, luminaică, potbal.

Acțiune farmacodinamică: mucilagile din toate plantele fluidifică secrețiile bronșice ușurînd expectorația; de asemenea, au acțiune antispastică și dezinfectantă.

Utilizare: bronșite, tuse.

Modul de preparare și administrare: infuzie: cite o linguriță din fiecare plantă la 400 ml apă clocotită. După 20 minute se strecoară și se bea în 4 reprize în cursul unei zile.

CEAI PENTRU FICAT

Compoziție 1: rădăcină de cicoare.

Compoziție 2: flori de gălbenele, sunătoare.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil și taninul catehic din sunătoare și substanțele active din gălbenele, au acțiune antiinflamatoare și gastro-intestinală. Collina din sunătoare împiedică infiltrarea grasă a ficatului.

Substanțele active din plante au acțiune coleretică și colagogă. Cicoarea are efect laxativ.

Utilizare: hepatite cronice evolutive, dischinezii biliare, enterocolite și constipații.

Modul de preparare și administrare: I. Două lingurițe rase de rădăcină de cicoare prăjită (de la „Alimentara”) în 150 ml apă rece. După ce dă în clocot, se continuă fierberea încă 5 minute. Se lasă să se decanteze; se bea jumătate dimineața pe stomacul gol, iar cealaltă jumătate înaintea unei mese principale (la prînz).

II. Se face o infuzie cu o linguriță rasă de sunătoare și una de gălbenele, în 200 ml apă clocotită; se lasă vasul acoperit 15 minute; după stre-

curare, se bea jumătate din cantitate în jurul orei 18 și cealaltă seara la culcare.

Zilnic se utilizează cele două compoziții. Cura durează până la dispariția fenomenelor; se rela la nevoie sau se continuă dacă este nevoie.

CEAI GASTRIC 1

Compoziție: flori de gălbenele, flori de mușețel, flori de salcîm, rădăcină de lemn dulce, rădăcină deătăneasă, sunătoare.

Acțiune farmacodinamică: pe lângă regimul de viață și alimentar impus de această boală, plantele medicinale acționează ca un adjuvant bine-făcător. Astfel, substanțele active din gălbenele, mușețel, sunătoare șiătăneasă, acționează ca cicatrizante și hemostatice; substanțele active din gălbenele și lemnul dulce intensifică circulația singelui la nivelul țesuturilor, grăbind vindecarea ulceratiilor, acționînd și ca protectoare a mucoasei gastrice; substanțele active din gălbenele și sunătoare au efect colagog și coleretic hepatic; glicirizina din lemnul dulce mărește peristaltismul

intestinal, înlăturînd constipația; florile de salcîm sînt hipoacidifiante gastrice.

Utilizare: ulcer gastric și duodenal, dischinezii biliare.

Modul de preparare și administrare: se amestecă 3 lingurițe de flori de gălbenele, 3 lingurițe de lemn dulce, 3 lingurițe de flori de mușețel, 3 lingurițe de sunătoare, 2 lingurițe deătăneasă și 3 lingurițe de flori de salcîm.

Infuzie: 3 lingurițe de amestec la 500 ml apă clocotită; se lasă vasul acoperit 30 minute; după răcire la temperatura camerei, se bea fracționat în trei reprize, după mesele principale.

CEAI GASTRIC 2

Compoziție: flori de salcîm, frunze de dud.

Acțiune farmacodinamică: carbonatul de calciu din frunzele de dud au un puternic efect alcalinizant; glucozidele flavonice și uleiul volatil din florile de salcîm, acționează ca hipoacidifiante gastrice.

Utilizare: gastrite, pirosis (arsuri la stomac).

Modul de preparare și administrare: infuzie, o jumătate lingură de flori de salcîm și o jumătate lingură de frunze de dud la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, după mesele principale.

CEAI PENTRU GARGARĂ

Compoziție: rădăcină de nalbă, rădăcină de cerențel, flori de mușețel, flori de gălbenele.

Acțiune farmacodinamică: eugenolul din cerențel și uleiul volatil din mușețel exercită o puternică acțiune antiseptică; uleiul volatil din mușețel și mucilagiile din nalbă sînt emoliente și antiinflamatoare; substanțele active din gălbenele completează acțiunea celorlalte plante prin activarea circulației sangvine, la nivelul țesuturilor.

Utilizare: laringite, amigdalite.

Modul de preparare și administrare: infuzie: o linguriță de rădăcină de nalbă, o linguriță rădăcină de cerențel, 2 lingurițe de flori de mușețel, 2 lingurițe de flori de gălbenele la 300 ml apă

clocotită; sub formă de gargară de 3–4 ori pe zi; după gargară nu se va minca și bea timp de o oră.

CEAI HEMOSTATIC 1

Compoziție: flori de coada șoricelului, frunze de urzică, coajă de crușin.

Acțiune farmacodinamică: tratamentul se va efectua atât intern cît și extern.

Intern: uleiul volatil din coada șoricelului și urzică are acțiune puternic hemostatică; substanțele active din coada șoricelului intervin ca protectoare ale mucoasei anorectale.

Crușinul, prin compușii săi antrachinonici, mărește peristaltismul intestinal, favorizînd golirea acestuia și înlăturînd constipația.

Extern: vezi compoziția 1 (antihemoroidală) de la pag. 263.

Utilizare: hemoragii hemoroidale.

Modul de preparare și administrare: decoct: o linguriță coajă de crușin, 2 lingurițe coada șoricelului, o linguriță frunze de urzică la 300 ml apă; se fierbe 3–4 minute la foc scăzut, apoi se

lasă la cald încă 15 minute. Se bea în două reprize, din care un ceai seara la culcare. Doza de crușin se va stabili în funcție de individ.

CEAI HEMOSTATIC 2

Compoziție: frunze de urzică, traista ciobanului.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din plante, printre care se află vitaminele K, C, B₁₂ și clorofila, au o acțiune puternic hemostatică.

Utilizare: menoragii.

Modul de preparare și administrare: tratamentul se efectuează concomitent intern și extern.

Intern: infuzie: o linguriță și jumătate de traista ciobanului și o lingură și jumătate de frunze de urzică la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, în decursul unei zile.

Extern: infuzie: 3 linguri de frunze de urzică și 3 lingurițe de traista ciobanului la 1 litru de apă clocotită; se fac irigații vaginale zilnic, cu irigatorul; temperatura infuziei nu trebuie să depășească pe aceea a corpului. Tratatamentul continuă pînă la dispariția fenomenelor și eventual se mai continuă încă 2 zile.

CEAI PENTRU HIPERTENSIUNE ARTERIALĂ

Compoziție: frunze de mesteacăn, frunze de visc, flori de lavandă, păducel, talpa gîștei.

Acțiune farmacodinamică: acetilcolina și saponinele triterpenice și acidul oleanolic din visc, flavonele, overcetro, viteroxid și hiperoxid din păducel, saponinele și flavonele din mesteacăn, cresc permeabilitatea vasculară, sînt vasodilatatoare coronariene și periferice, bradicardice și hipotensive imediate și de durată. Substanțele active din lavandă au efecte neurosedative. Leonurina din talpa gîștei, completează efectele hipotensive ale celorlalte plante.

Utilizare: hipertensiune arterială, tahicardie, palpitații, extrasistole.

Modul de preparare și administrare: macerare la rece: se amestecă 2 lingurițe de frunze de mesteacăn, o linguriță de păducel, o linguriță frunze de visc, o linguriță flori de lavandă, o linguriță talpa gîștei. Jumătate din această cantitate se introduce în 250 ml apă, la temperatura camerei; se lasă 8 ore la macerat; se bea în trei reprize în

decursul unei zile, din care ultima parte seara la culcare.

După opt zile de tratament se va controla tensiunea arterială. Dacă tratamentul se continuă, se vor efectua controale periodice medicale.

CEAI DE LĂMIIE

Compoziție: o lămie.

Ațiune farmacodinamică: uleiul volatil și substanțele active din fruct au acțiune calmantă asupra sistemului hepato-biliar, reduc colesterolul din sânge, împiedicând depunerile de grăsimi în pereții arterelor; de asemenea, conține cantități însemnate de vitamina C.

Utilizare: crize acute hepato-biliare, carență în vitamina C, ateroscleroză.

Modul de preparare și administrare: decoct: se taie o lămie în două jumătăți, care se storc în ceașcă din care se va bea ceaiul. Fructul stors (cojile) se taie în bucăți mici și se fierbe 15 minute în 300 ml apă, în care se pun și câteva lin-

gurițe de zahăr, după gust. În timpul fierberii, vasul trebuie să fie acoperit. Ceaiul se răstoarnă peste zeama din ceașcă. Se bea fierbinte în afecțiunile hepato-biliare și rece în celelalte cazuri.

CEAI SEDATIV

Compoziție: flori de lavandă, flori și frunze de păducel, odolean.

Ațiune farmacodinamică: uleiul volatil din lavandă, derivații flavonici din păducel și uleiul volatil și valerianatul de metil din odolean, micșorează excitabilitatea nervoasă avind efecte neurosedative.

Utilizare: ca sedativ în stări de climacterium și distonie neurovegetativă, cu palpitații; ca somnifer în insomnii.

Modul de preparare și administrare: infuzie: 2 lingurițe din fiecare plantă la 400 ml apă clocotită. Se strecoară după 30 minute și se ține la rece. Sedativ: câte două linguri, de trei ori pe zi.

Somnifer: 3-4 linguri, seara la culcare.

Doza prescrisă se va stabili în funcție de individ.

CEAI TONIC 1

Compoziție: rizomi de pir, rizomi de obligeană, troscot, coada calului, cimbrisor.

Acțiune farmacodinamică: După boli infecțioase urmează o perioadă de convalescență, caracterizată prin debilitate fizică accentuată, datorată pe de o parte bolii însăși și pe de altă parte lipsei apetitului, ca o consecință a bolii.

Compoziția are următoarele efecte: acidul salicic din troscot, substanțele minerale din coada calului și substanțele active din rizomii de pir, exercită o acțiune puternic remineralizantă; uleiurile volatile din cimbrisor și obligeană și substanțele active din troscot, cresc secrețiile gastrointestinale mărind apetitul; uleiul volatil din cimbrisor crește secreția biliară, ameliorând digestia.

Utilizare: remineralizant, anemie, stări de convalescență.

Modul de preparare și administrare: se amestecă 6 lingurițe de troscot, 3 lingurițe de coada calului, 3 lingurițe de rizomi de pir, 2 lingurițe cimbrisor și 2 lingurițe de rizomi de obligeană.

Infuzie: 3 lingurițe de amestec la 300 ml apă clocotită; se bea fracționat în trei reprize, înaintea meselor principale.

CEAI TONIC 2

Compoziție: fructe de coriandru, rizomi de obligeană, păpădie.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din obligeană și coriandru și principiile amare din păpădie acționează ca stimulente ale secrețiilor gastrointestinale, mărind pofta de mâncare și eliminând gazele din abdomen.

Substanțele active din păpădie și obligeană măresc secreția biliară și ușurează evacuarea bilei din vezicula biliară în intestin.

Utilizare: lipsa apetitului (poftei de mâncare), dischinezii biliare.

Modul de preparare și administrare: infuzie: câte o linguriță din fiecare plantă la 300 ml apă clocotită; fructele de coriandru se vor zdrobi înainte de a fi introduse în apă; ceaiul se bea fracționat în două reprize, înaintea meselor principale, cu 15–20 minute.

INFUZIE ȘI MACERAT DE PLANTE ÎN ULEI, PENTRU VAGINITĂ ATROFICĂ

Compoziție: uz intern: frunze de salvie; uz extern: flori de gălbenele, flori de mușețel, frunze de frasin, frunze de salvie, frunze de urzică, coajă de stejar, rădăcină de nalbă, sunătoare.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din frasin, gălbenele, mușețel, salvie, sunătoare și urzică au acțiune puternic cicatrizantă (epitelizantă); uleiul volatil din mușețel, mucilagiile din nablă și substanțele active din salvie, stejar și sunătoare sînt emoliente și antiinflamatoare; salvia acționează prin hormonii estrogeni, avînd un efect tonic asupra țesuturilor vaginului.

Utilizare: vaginită atrofică, prurit vulvar.

Modul de preparare și administrare: Intern: infuzie: o linguriță de frunze de salvie la 200 ml apă clocotită; se beau două ceaiuri pe zi, din care unul seara la culcare.

Extern: macerat în ulei: se ia cîte o linguriță din fiecare plantă și se introduc în 150 ml ulei din germen de porumb (din comerț); se lasă la macerat timp de 8–10 zile; în această perioadă se

amestecă cu o linguriță de cîteva ori în fiecare zi. Se strecoară prin tifon. Uleiul obținut se păstrează la rece. Înainte de utilizarea sa este adus la temperatura camerei, apoi se face toaleta vaginală cu apă caldă sau infuzie de mușețel, după care se unge vaginul. Operația se repetă de două ori pe zi pînă la vindecare.

Tratamentul se realizează concomitent intern și extern.

PLANTE PENTRU BĂI LA DOMICILIU

Ținând seama de caracterul practic al lucrării, care se adresează celor ce nu cunosc, dar vor să cunoască efectele beneficătoare ale plantelor medicinale și sub această formă, am introdus capitolul de față, ce cuprinde rețete constituite din plante medicinale folosite în clisme și mai ales băi făcute la domiciliu. Menționăm, că această formă de administrare a principiilor active din plante, destinate uzului extern, este de mare importanță, deoarece prin piele și mai ales când aceasta este lezată, substanțele active sînt resorbite, aducîndu-și aportul lor terapeutic. De aceea, trebuie să ținem seama atît de compoziția plantelor care constituie rețeta, plante ce pot avea

efecte diverse (revulsive, vasodilatatoare periferice, antiinflamatoare, cicatrizante, dezinfectante etc.), cîi și a procedeuului și condițiilor de efectuare a acestora.

Clismele se prepară din plante medicinale uscate și mărunțite la un grad fin de pulverizare și aduse sub formă de infuzie sau decoct care, după filtrare, se administrează.

Băile medicinale se obțin din plante care conțin diverse principii active, mai ales uleiuri esențiale. *Modul de preparare a băii medicinale.* Din plantele prescrise în rețeta fiecărei băi, se face o infuzie sau decoct, care se adaugă la apa din baie. În unele cazuri se folosesc extracte de plante, procurate de la farmacie, amestecate de asemenea, cu apa din baie, în cantitățile indicate în compoziția respectivă.

Pentru a obține cele mai bune rezultate, ne vom conduce după următoarele considerente:

- Băile medicinale se fac numai după un prealabil control medical.
- Aceste băi se fac sub formă de cură, deci un număr stabilit de băi, care se repetă la anumite intervale și se reiau la nevoie.

● Fiecare baie medicinală are un timp indicat, ele pot fi generale (tot corpul), sau parțiale (picioare, miini); sînt efectuate în căzi de baie, unde corpul este acoperit total de apă, sau în vase de mărimi diferite, ligheane, căzi mici, căzănele metalice etc., în care se scufundă mîna sau piciorul afectat.

● Încăperile în care se face baia, trebuie să fie încălzite, temperatura fiind cuprinsă între 21–23°C, ferite de curenți de aer rece (în timpul băii).

● Apa din baia medicinală trebuie să atingă temperatura indicată în rețetă, adică 37°C, care se verifică cu ajutorul termometrului.

● Băile medicinale se efectuează, de obicei, seara înainte de culcare, pentru a evita o schimbare bruscă de temperatură, și totodată o eventuală transpirație a corpului, prin care s-ar elimina o parte din principiile active absorbite.

● Înainte de a efectua baia medicinală, se spală corpul printr-o baie caldă sau duș, pentru îndepărtarea de pe piele a substanțelor grase și a transpirației, acumulate în timpul zilei.

● La ieșirea din baie, se stă minimum 10 minute, înainte de a se șterge corpul cu un prosop moale, prin tamponare ușoară.

● După baie este bine să se stea întins cel puțin o oră.

● Dacă apar mîncărimi de piele, stare alergică, în urma unei băi, baia nu se mai repetă, întrucît organismul poate prezenta intoleranță la unul din principiile active din plante. Dacă este posibil, se încearcă prin tatonare să se descopere planta care nu este tolerată, pentru a nu mai fi folosită.

● Perioadele în care se fac băile sînt, de preferat: vara, toamna la început și primăvara la sfîrșit.

Compoziția 1: flori de mușețel, frunze de frasin, coajă de stejar, pelin.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile din florile de mușețel și pelin și substanțele active din frunzele de frasin au acțiune antiinflamatoare anti-hemoroidală, antiseptică și emolientă. Substanțele active din frunzele de frasin și coaja de stejar, activează circulația sîngelui la nivelul țesuturilor, grăbind vindecarea.

Utilizare: hemoroizi, fistule anale.

Modul de administrare și preparare: infuzie: cite două lingurițe din fiecare plantă la un litru de apă clocotită.

Clismă: se încălzește o cantitate de ceai egală cu capacitatea unei pompițe de cauciuc pentru copil. După scaun, se face o toaletă a regiunii anale, apoi se introduce în anus cantitatea de ceai din pompiță, aceasta fiind unsă în prealabil, la exterior, cu unguent Hemorzon, procurat de la farmacie. Conținutul se resoarbe în aproximativ 45 minute. După aceea se introduce în anus un supozitor Hemorzon. Este bine ca temperatura ceaiului să fie puțin mai mare decât a corpului.

Băi de șezut: cantitatea de apă fiind mai mare, se păstrează procentajul indicat.

Când apa ajunge la temperatura de 37°C, se face baie de șezut, stînd în apă 10–15 minute, după o toaletă a regiunii anale. Se fac două băi pe zi, din care una înainte de culcare. Tratamentul cu băi se continuă pînă la desconggestionarea totală a hemoroizilor, uneori chiar la dispariția lor și vindecarea fistulelor anale.

Compoziția 2: frunze de frasin, frunze de mentă, frunze de mesteacăn, frunze de nuc, frunze de urzică, frunze de salvie, flori de gălbenele, flori de lavandă, flori de mușetel, muguri de pin, păstăi

de fasole, coajă de salcie, cimbru de cultură, sovin.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din plante produc vasodilatație periferică, au acțiune antireumatică, analgetică, antilinfamatoare și sedativă a sistemului nervos central.

Extern au acțiune emolentă, antiseptică și reparatorie.

Utilizare: reumatism poliarticular, artroze, lumbago, nevralgii de origine reumatică, inflamații articulare, circulație sangvină defectuoasă, eczeme.

Modul de administrare și preparare: se la cîte un pachet din flecare plantă (de la Plafar), se împarte flecare pachet în zece părți egale, se la a zecea parte din flecare pachet, se amestecă și rezultă astfel, zece pachețele de amestecuri.

Se dau în clocot trei litri de apă, se răstoarnă în apă un pachetel de amestecuri, se fierbe la foc scăzut 15 minute într-un vas smălțuit și acoperit. Se strecoară printr-o sită și lichidul rezultat, se amestecă cu apa din baie care trebuie să aibă temperatura de 37°C.

Se stă în baie 15–20 minute, introdus pînă la git. Se fac zece băi consecutive, cîte una în fiecare zi.

Efectul băilor se obține imediat și se menține în timp. Uneori efectul apare mai târziu, iar în cazul când acesta nu apare, se repetă cura.

Se fac două cure pe an, a câte zece băi.

Compoziția 3: flori de mușețel sau frunze de mentă.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din plante au acțiune sedativă și analgetică. Pentru ca efectul să fie total, temperatura apei trebuie să fie apropiată de cea a corpului, 37°C.

Utilizare: nevralgii, afecțiuni reumatismale.

Modul de administrare și preparare: infuzie, 500 g flori de mușețel, sau 500 g frunze de mentă, la 5 litri de apă clocotită. Se lasă vasul acoperit 15–20 minute, apoi se strecoară și lichidul rezultat se introduce în apa din baie, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în baie 15–20 minute. Se fac 10–12 băi consecutive, câte una în fiecare zi, de preferință seara la culcare.

Compoziția 4: coajă de stejar.

Acțiune farmacodinamică: substanțele active din plantă și în special taninul, acționează ca astringente, dezinfectante și calmante.

Utilizare: alergii medicamentoase, eczeme zemuinde, urticarii.

Modul de administrare și preparare: decoct: 300 g coajă de stejar măcinată, la 5 litri de apă; se fierbe 30 minute la foc scăzut, se strecoară și lichidul rezultat se toarnă în apa din cadă, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în cadă circa 15–20 minute. Se fac 10 băi, câte una în fiecare zi.

Compoziția 5: făină de castane sălbatice.

Acțiune farmacodinamică: compușii flavonici conținând leucoantocianide, exercită o intensă acțiune venotonică. Saponozidele, inclusiv escina, îmbunătățesc circulația sanguină periferică și limfatică, având o acțiune anticoagulantă și descongestivă.

Utilizare: flebite, tromboflebite, varice, ulcer varicos, edeme traumatice după fracturi.

Modul de administrare și preparare: decoct: 800 g făină de castane la 5 litri de apă, timp de 15–20 minute. Se strecoară și lichidul rezultat, se amestecă cu apa din cadă, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în cadă 15–20 minute. Se fac 10–12 băi, câte una în fiecare zi. Se fac trei cure pe an.

Compoziția 6: extract de ace de pin.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil din acele de pin are o acțiune calmantă asupra sistemului nervos central.

Utilizare: tulburări de climacterium, sindrom nevrotic, hipertiroide.

Modul de administrare și preparare: se măsoară temperatura apei din cadă, care trebuie să fie de 37°C. Se adaugă 150 g extract de ace de pin, procurat de la farmacie. Se stă în cadă circa 15–20 minute. Se fac 10–12 băi, câte una în fiecare zi. Se fac 2–3 cure pe an.

Compoziția 7: tărițe de grâu.

Acțiune farmacodinamică: complexul de substanțe din tărițe are acțiune analgetică, antinflamatoare și stimulatorie asupra circulației sanguine.

Utilizare: urticarii, eczeme cronice, reumatism cronic.

Modul de administrare și preparare: 1400 g tărițe de grâu, la 5 litri de apă; se fierbe timp de 30 minute. Amestecul rezultat se strecoară și se răstoarnă în apa din cadă, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în baie circa 25 minute. Se fac 10–12 băi în cazul reumatismu-

lui cronic, iar pentru eczeme și urticarii se continuă până la dispariția fenomenelor.

Compoziția 8: extract de levănțică.

Acțiune farmacodinamică: uleiul volatil și acetatul de linalil au acțiune revulsivă și antisudorifică; extractul are și efect sedativ.

Utilizare: în hiperhidroză, tulburări de climacterium, tulburări de circulație periferică.

Modul de administrare și preparare: se amestecă 2 linguri de extract de levănțică, procurat de la farmacie, în apa din cadă, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în baie circa 20 minute. Se fac 10–12 băi, câte una în fiecare zi. Se repetă de 2–3 ori pe an.

Compoziția 9: flori de gălbenele, flori de coada șoricelului, coada calului.

Acțiune farmacodinamică: uleiurile volatile și substanțele active din plante au acțiune reparatorie și cicatrizantă. De asemenea, activează circulația singelui în țesuturile cutanate.

Utilizare: supurații, ulcer varicos, plăgi, răni greu vindecabile.

Modul de administrare și preparare: decoct, 300 g amestec (câte 100 g din fiecare plantă) la cinci

litri de apă. Se fierbe 15 minute la foc scăzut. Se strecoară și lichidul rezultat, se răstoarnă în apa din cadă, care trebuie să aibă temperatura de 37°C. Se stă în cadă 15–20 minute. Se face câte o baie în fiecare zi. Cura se continuă pînă la vindecare.

INDEX ALFABETIC AL PLANTELOR MEDICINALE, PREZENTATE ÎN LUCRARE, CU DENUMIRILE POPULARE CELE MAI CUNOSCUTE

Am considerat necesară introducerea acestui capitol, pentru a înlătura posibilitatea unor confuzii legate de identificarea plantelor medicinale care, pe lângă denumirea științifică, au și diferite denumiri populare, în diverse regiuni din țară.

Astfel cititorul poate constata de exemplu, că planta coada calului este una și aceeași cu planta barba ursului, barba sasului, brădișor, brăduleț, coada minzului, codiie, părul porcului.

1. Afinul

— afene, afin de munte, afinele asien, coacăză, pomuşoare

2. Albăstrelele

— dioc, floarea grîului, floarea painii, ghioc, iarba frigurilor, măturică, tătăișă vinătă, vinețele

3. Anasonul — aniș, bădeanul, chimenul dulce, chimion dulce, molură
4. Anghinarea —
5. Arnica — potbal de munte, carul pădurilor, cujdă, carul zinelor
6. Brusturul — caftalan, ciulin, lipan
7. Busuiocul — borjolică, bosioc, mătăcină, vasi-leac
8. Cătina albă — cătină cenușie, cătină de râu
9. Cerențelul — bărbușoară, cerculeț, cuisoriță, ridichioară, verențal
10. Chimenul — chim, chimeon, piperuș, secărică
11. Cicoarea — andivie, andivă
12. Cimbrul de cultură — cimbru adevărat, iarba cucului, lămfioară, lămfia
13. Cireșul —
14. Ciuboșica cucu-lui — anglicea, anglicel, țîța oil, țîța vacii
15. Coada calului — barba ursului, barba sasului, bră-dișor, brăduleț, coada mînzului, codlie, părul porcului
16. Coada racului — argentină, argintică, iarba gîștii, vintricea, zolotnic
17. Coada șoricelului — alunele, brădățel, ciureșică, iarba oilor, sorocină
18. Coriandrul — anason, chimen, colliandru, piper alb, pucioasă

19. Crușinul — crușin, lemn ciinesc, pasachină, pațachină, sălbiș, salbă moale, spinul cerbului
20. Dudul — agud, cirici, frăgar, iagod
21. Fasolea —
22. Fenicul — anason dulce, anason nemțesc, chimen dulce, fincen, hanus
23. Fragul — fragi de pădure, frăguță
24. Frasinul — frasinul
25. Gălbenelele — călinică, filimică, ochi galben, ru-juliță, șosioară
26. Ghințură galbenă — înțură, fierea pămîntului, ghim-bere de munte, înțură galbenă, strigoale, țintură
27. Hameiul — amel, himel, măiugă, mămălugă, tofolean
28. Iarba mare — alaut, homan, iarbă neagră, ochiul boului, omac, omag, smîntinică
29. Ienuperul — anaperi, archiș, brădișor, ceten, cetenă, finior, ineper, jireapăn, jneap, șinap, turtel, zolovăț
30. Inul — in de fuior, in de sămîntă
31. Isopul — isop
32. Izma — camfor, iarbă neagră, izmă bună, izmă de leac, mentă, mîntă, mîntă de grădină
33. Lemnul dulce — cioring, cioringlav, firuță, iarbă dulce, iarbă tare, rădăcină dulce
34. Levănțica — aspic, levand, levănțică de gră-dină, llyant, spichinel

35. Luminărica — coada bouului, coada lupului, coada mielului, corovatică, cucuruz galben, lipean
36. Macul de câmp — mac de câmp, mac iepuresc, macul cucului, paparoane, păpărnice, pipaci
37. Măceșul — cocădar, cașcadin, laba miței, mărăcine, răsură, rug sălbatic, ruje, rujiță, sipică, trandafir sălbatic
38. Măghiranul — maderan, măgeran, măjirean, maioran, mărgăran, megieran, pupi
38. Merișorul — afin, afin roșu, bujor, cimișir, coacăz, cocăzar, smîrdar, stropșele
40. Mesteacănul — mastacin, mătăcan, mestecănaș
41. Muru — mur de pădure, mur sălbatic, mură, murar, murică, rug, rug de mure
42. Mușchiul de piatră — mușchi creț, mușchi de munte
43. Mușetelul — romaniță, mătricea, morună
44. Muștarul alb — curpen, muștar de grădină, rapiță albă, rapiță de grădină
45. Muștarul negru — hardal, muștar de câmp, muștar sălbatic, rapiță sălbatică
46. Nalba — nalbă albă, nalbă bună, nalbă de pădure, rujă
47. Nucul — nucar, nuc costeliv
48. Obligeana — călin, calmuz, speribană, speribană târcată, spetează, spetează pestriță, spetează târcată

49. Odoleanul — gușa porumbelului, iarba mițului, iarba pisicii, năvalnic, valeriană
50. Osul iepurelui — cașul iepurelui, ciocul cioarei, dîrmotin, lemnice, lingoare, sălăștioară
51. Păducelul — gherghinar, mălai moale, mărăcine alb
52. Păpădia — creștățea, floarea broaștei, floarea turcului, gușa găinii, lăptucă, liliacea, ouăle găinii, papălungă, părăsita găinilor, pui de găscă
53. Pătlagina — căruțele, limba oii, limba broaștei, limba șarpelui, minciună
54. Pelinul — iarba fecioarelor, pelinaș, peliniță, pilon, polene
55. Pinul — jneapăn, jep
56. Pirul — albei, chir, grîul miții, răgălie
57. Plăminărica — albăstrele, cuscrișor, mierea ursului, tutun de pădure, țîța oii
58. Plopul — pliop negru, plopotaș, plutaș
59. Potbalul — brusturel, cenușoară, gălbinele, gușa găinii, limba vecinului, papălungă, păpădie
60. Porumbarul — coțobrel, curcudel, scorombar, spin, spinul cerbului, țîrn
61. Porumbul — cucuruz, păpușoi
62. Răchitanul — călbășoară, floarea zînei, lemnice, lemnușcă, sburătoare

63. Roința — busuiocul stupului, floarea stupilor, iarba roilor, lămfiță, mătăcină, melisa, roiște
64. Rostopască — buruiană de negl, calce mare, crucea voinicului, gălbinele, iarba rînduncii, paparună, sălățea, scînteiuță, tătărcele
65. Salcia — răchită, răchită de luncă, rățită, salși, sălcuță
66. Salcîmul — acacie, acășar, brebene, lemn alb, măgrin, pășuele, pinar, rug, salcîm alb
67. Salvia — jaie, jale de grădină, jaleș bun, jaleș de grădină, salbie, șalet, șelvie, șerlai
68. Săpunariță — berbeci, ciuin, floare de săpunodogaci, săponel, săpunași, săpunel, văcăriță
69. Scaiul vînat — buruiană de cîrțițe, mărăcini, scai albastru, spinul vîntului
70. Schinelul — iarbă amară, șofran sălbatic
71. Socul — coramnic, iboz, scorpat, saoce, soc negru
72. Sovîrful — broască, budeană, busuioc de pădure, milot, rigan, solovîr, sufulg, trifoiște
73. Stejarul — goron, gorun, sledun, trăjor, tufan
74. Sulfina — iarbă de platră, molotru, solcină, sufulf, sufulg, surcină

75. Sunătoarea — drobișor, floare de năduf, iarba sîngelui, neruju, pojarniță, sinătoare, sunaică
76. Talpa giștei — cătușniță, ciorvană, creasta cocosului, laba lupului, lingorică, somnișor, talpa lupului
77. Tătâneasa — barba tatei, iarbă întăritoare, gavăț, lutatină, miera ursului, nădar, tacin, tatană, tătâneată
78. Traista ciobanului — arior, buruiană de friguri, coada pisicii, păsățea, păscuță, punguliță, rapăn, țășculiță, țășcuță
79. Teiul — tei alb, tei de vară, tei vîratic, tei verde
80. Traudafirul — flori de rug, roză, rugut, ruje, trandafir de grădină, trandafirăș, trandasir
81. Trei frați pătați — catifelute, cîrligei, corosică, frățiori, micșunele, pansele sălbatice, panselute, tîmfloară, topirași, viorea
82. Troscotul — herică, iarba găinilor, tîrșoacă, troscovă, troscotei
83. Turița mare — asprișoară, buruiană de friguri, cornățel, gălbenare de germe, lipici, sora fragilor, turicioară, turiuță

84. Țintaura — cocoșei de grădină, fiere de pământ, floare de friguri, frigurile, frigurică, potrocea, scinteiuță, țintaulă
85. Ungurașul — bălțătură, cătușnică, gutuiță, iarbă flocoasă, voronic, voronică
86. Urzica — oisea, urzică creață, urzică crăiască, urzică de pădure
87. Urzică moartă — fata miței, urzică albă, urzică surdă.
88. Vîscul — stoletnic, vîsc de brad
89. Volbura — barbură, fusta doamnei, holbură, poponeț, rochița rîndunelei, struna gîștei, zorele
90. Zmeurul — azmură, malină, mană, mălină, rug de munte, smin, șmeurar

MIC DICȚIONAR DE SPECIALITATE

1. Abces — acumulare localizată de puroi format în urma dezintegrării țesuturilor, sub acțiunea microbilor. Se poate dezvolta în orice țesut al organismului (plămîni, creier etc.)
2. Acnee — boală de piele caracterizată prin apariția de coșuri, pe obraz sau pe spate, puncte negre etc.
3. Acuitate — capacitatea organismului de a percepe impresiile și senzațiile cele mai slabe
4. Acut — despre o durere — intensă, ascuțită, violentă
— despre boală — care are o evoluție scurtă cu manifestări clinice intense
5. Adjuvant — ajutător
6. Afecțiune — boală

7. Afrodisiac — care stimulează funcțiile sexuale
8. Aftoză — afecțiune caracterizată prin leziunea pielii și mucoaselor, constând dintr-o veziculă plină cu lichid opalescent; prin spargere aceasta lasă loc unei ulcerații dureroase, care se cicatrizează fără a lăsa urme
9. Albuminurie — albumină în urină
10. Analgetic (analgezie) — care suprimă temporar durerea
11. Anestezic — care suprimă temporar sensibilitatea dureroasă
12. Anghină pectorală — irigație insuficientă a inimii care provoacă dureri în regiunea inimii și accese de înăbușire
13. Angiolite — inflamația căilor biliare
14. Anorexie — lipsa poftei de mâncare
15. Antibiotic — împiedică înmulțirea microbilor, acționând asupra lor
16. Antiemetic — contra grețurilor și vărsăturilor
17. Antihelmintic — contra viermilor intestinali
18. Antihidrotic — împotriva reținerii de apă în țesuturi
19. Antiseptic — modifică mediul făcând imposibilă înmulțirea microbilor, împiedică sau previne infecțiile microbiene, sau împiedică putrefacția

20. Antispastic — împotriva spasmelor mușchilor striati și netezi
21. Antisudorific — împotriva transpirației
22. Antitermic — despre o substanță care scade febra
23. Antimitotic — oprește dezvoltarea tumorilor (inclusiv cele canceroase)
24. Anxietate — stare de neliniște, de teamă nelămurită, de așteptare încordată însoțită de o senzație de greutate în respirație, de palpitații, palpore etc.
25. Aromatizant — substanță care dă un miros sau gust plăcut
26. Arterită — afecțiune inflamatorie a arterelor
27. Artrism — stare constituțională caracterizată printr-o predispoziție la unele boli articulare și de nutriție ex: gută, astm bronșic, diabet zaharat, migrenă etc.
28. Artroză — afecțiune a articulațiilor, caracterizată prin degenerarea țesuturilor componente ale articulației (întâlnită la persoane în vârstă)
29. Astringent — care provoacă strângerea țesuturilor, moderează secrețiile, ușurează cicatrizarea
30. Ateroscleroză — depunerea colesterolului în pereții arterelor

31. Avitaminoză — lipsa uneia sau mai multor-vitamine din organism
32. Bactericid — distruge microbii
33. Bacteriostatic — împiedică înmulțirea microbilor, acționând asupra lor
34. Blefarită — infecții la rădăcina genelor
35. Bradicardizant — rarește frecvența pulsului
36. Bronhodilatator — care dilată bronhiile
37. Bronșită — afecțiune inflamatorie a bronhiilor, survenită în urma unei infecții
38. Calcul — corp solid de obicei în formă de pietricică, rezultat din precipitarea sărurilor organice și anorganice din bilă, urină, salivă, lacrimi etc.
39. Calculoză (litiază) — boală produsă de prezența calculilor într-un organ sau canal secretor ex: calculoză renală, biliară
40. Calculolitic — acțiune de dizolvare a calculilor
41. Cardiotonic — întărește mușchiul inimii
42. Carminativ — care calmează durerile abdominale și ajută la eliminarea gazelor
43. Cefalee — durere de cap
44. Cicatrizant — ajută la închiderea rănilor (epitelizant)

45. Circulație periferică — circulația singelui prin artere și vene foarte înguste, realizată de obicei la extremitățile corpului ex: mâini, labele picioarelor, nas, urechi etc.
46. Cistite — inflamații ale vezicii urinare
47. Citostatic — oprește înmulțirea celulelor
48. Climacterium — turburări de menopauză
49. Colagog — care stimulează contracția vezicii biliare și a căilor biliare și provoacă golirea conținutului lor
50. Colecistită — afecțiune inflamatoare a colecistului (vezicii biliare)
51. Coleretic — crește secreția de bilă a celulelor hepatice
52. Colici — durere abdominală puternică, care survine în crize, cu punct de plecare în organele abdominale ex: colică apendiculară, hepatică, intestinală, renală etc.
53. Congestie — aflux excesiv de sânge într-o parte a corpului sau în vasele dilatate ale unui organ
54. Conjunctivită — inflamația conjunctivei ochiului
55. Contuzie — traumatism datorită lovirii cu un corp netăios, constând din strivirea țesuturilor profunde, fără ruperea tegumentelor

58. Cronic — despre boli — care prezintă evoluție îndelungată ex: tuberculoza, reumatismul etc.
57. Cutanat — se referă la piele, care aparține pielii
58. Depurativ — ajută la eliminarea unor substanțe toxice din organism
59. Dermatoze inflamatorii — reacții inflamatoare ale pielii
60. Detoxifiant — vezi depurativ
61. Dezinfectant — care omoară microbii (extern)
62. Diaforetic — care provoacă transpirație abundentă
63. Dismenoree — menstrre cu dureri
64. Dischinezii biliare — funcții anormale ale veziculei biliare, și ale căilor biliare
65. Dischinezie biliară cu hipotonie — afecțiuni a veziculei biliare, caracterizată prin scăderea forței de contracție a veziculei biliare și încetinirea eliminării bilei necesare digestiei
66. Dischinezie biliară cu hipertonie — afecțiuni a veziculei biliare, caracterizată prin contracții spastice puternice, dureroase ale veziculei biliare

67. Dispepsie — tulburări ale digestiei
68. Distonie neurovegetativă — dereglarea funcțională a sistemului nervos care dirijează activitatea organelor interne
69. Diuretic — crește volumul de urină eliminată
70. Edeme — reținerea exagerată de apă în țesuturi
71. Emenagog — care reglează menstruația
72. Emfizem pulmonar — afecțiune cronică a aparatului respirator, de obicei ca o consecință a bronșitei cronice
73. Emolient — agent medicamentos care înmoaie pielea și atenuează procesele inflamatorii ale mucoaselor ex: lanolina, glicerina, mușetelul etc.
74. Enterită — inflamația intestinului subțire
75. Enterocolită — inflamația intestinului subțire și gros
76. Eritem — roșeață patologică a pielii, datorită unui congestii superficiale
77. Estrogeni — hormoni feminini
78. Expectorant — care ușurează expectorația
79. Factor lipotrop — factor care împiedică infiltrarea cu grăsimi a ficatului; împiedică degenerarea celulei hepatice
80. Faringite — inflamații ale faringelui
81. Fistule anale — rupturi ale țesutului anusului

82. Fitoncid — substanțe elaborate în celulele unor plante superioare, avînd proprietăți bactericide și fungicide
83. Flebită — boală ce constă în inflamarea peretelui venos, de obicei la membrele inferioare
84. Fluidifiant — agent medicamentos care scade densitatea unui lichid viscos, provocîndu-i scurgerea
85. Furunculoză — boală de piele caracterizată prin apariția concomitentă sau succesivă a mai multor furuncule în diverse regiuni ale corpului
86. Galactogog — crește secreția de lapte la gravide
87. Gastrite
hipoacide — inflamația mucoasei gastrice, cu scăderea secreției gastrice
88. Gastrite
hiperacide — inflamația mucoasei gastrice, cu creșterea secreției gastrice
89. Gastroenterite — inflamația mucoasei gastrice și a intestinului subțire
90. Gingivită — inflamația gingiilor
91. Gută — artrită urică
92. Hematurie — prezența sîngelui în urină
93. Hemostatic — ușurează coagularea sîngelui
94. Hidropizie — reținerea apei în țesuturi și cavitățile naturale ale organismului
95. Hipercolesterolemie — exces de colesterol în sînge

96. Hiperhidroză — transpirație abundentă
97. Hipermenoree — menstrre abundente
98. Hipertiroidie — boală endocrină cauzată de un exces de secreție a glandei tiroide
99. Hipertonic — stare de creștere a tonusului mușchilor scheletici
100. Hipertrofia
prostatai — creșterea de volum a prostatei
101. Hipnotic — somnifer
102. Hipoacidifiant — reduce aciditatea stomacală
103. Hipocolesterolemiant — scade colesterolul din sînge
104. Hipoglicemiant — care scade zahărul din sînge
105. Hipotensiv — scade tensiunea arterială
106. Interigo — infecție localizată la cutele naturale ale pielii (sub mamare, interfesiere, interdigitale etc.)
107. Insuficiență
hepatică — funcție hepatică deficitară
108. Laringite — inflamația laringelui
109. Laxativ — purgativ ușor
110. Leucoree — scurgere albă vaginală
111. Lumbago — dureri lombare datorate unor iritații nervoase
112. Melene — hemoragii digestive; sîngele se elimină prin scaun
113. Menoragii — hemoragii uterine
114. Metrite — inflamații uterine

115. Metroanexită — boală caracterizată prin inflamația uterului și anexelor sale (trompe, ovare)
116. Metroragii — scurgeri de sînge din uter între menstrre
117. Miocardită — boală caracterizată prin inflamația mușchiului cardiac
118. Mitotic — care se referă la diviziunea unui nucleu în doi nuclei, favorizînd înmulțirea celulelor
119. Nefrită — boală caracterizată prin inflamația rinichiului
120. Neurovegetativ — sistem nervos care controlează și reglează activitatea organelor interne (inimă, plămîni, stomac, intestine etc.), activitate care se desfășoară în afara controlului conștient
121. Obturare — operație de închidere, de astupare sau micșorare a unei cavități, orificiu etc.
122. Oxiurază — boală parazitară datorată unor viermi intestinali mici numiți oxiuri
123. Palpitație — bătaie mai puternică, mai rapidă sau neregulată a inimii
124. Peristaltism — denumire dată mișcărilor de contracție ale stomacului și intestinului, care fac ca alimentele să

- fie împinse de-a lungul tubului digestiv
125. Pielite — infecții renale
126. Pirosis — arsuri la stomac
127. Pneumonie — boală caracterizată prin inflamația cu caracter segmentar a plămînului datorită unor microbi sau virusuri
128. Prurit — mîncărime puternică a pielii
129. Purgativ — substanță medicamentoasă de origine vegetală sau chimică, care provoacă evacuarea conținutului intestinal, și care nu are acțiune toxică
130. Răni (plăgi) — leziuni ale țesuturilor corpului, provocate de arsuri, tăieturi etc, sau produse pe cale operatorie.
131. Rebel — se referă la o durere sau boală care persistă după tratamente
132. Redoare — împiedicarea sau limitarea mișcărilor într-o articulație
133. Reumatism — nume dat pentru o serie de boli caracterizate prin dureri articulare
134. Reumatism pollarticular — dureri articulare de natură infecțioasă caracterizate de inflamația articulațiilor de la membrele superioare și inferioare
- pollarticular — privitor la mai multe articulații